

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Игнатовичева Г.А./

МЕНЮ
7 декабря 2021 г.

7-11 лет ТЖС



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,21	4,3	7	43,3	248
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	43,93	13,3	14	3,6	186
		ОГУРЕЦ (ПОРЦИЯМИ)	100	21,75	0,9	0,1	2,5	14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,53	0,1		16,3	64
Итого				86,92	19,8	21,3	73,4	549
Завтрак 2								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	0,00	3,6	4,4	36,3	195
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	0,00	20,3	14,1	1	204
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,00	0,7	2,4	2,9	35
		ПОМИДОР(ПОРЦИЯМИ)	80	0,00				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (вишня)	200	0,00	0,2		16,5	67
Итого				0,00	26	21,1	64,4	538
Всего				86,92	45,8	42,4	137,8	1087

Зав.производством Исмагулова Е.А. Исмагулова Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./

МЕНЮ

7 декабря 2021 г.

ОВЗ 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	366	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150/25	77,51	26,5	22	21,5	382
2004	769	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	15,15	7,1	8,8	57,4	328
1980	1047	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	8,41	0,7	0,3	27	123
1983	912	БАНАН	250	52,54	3,8	1,3	52,5	240
Итого				153,61	38,1	32,4	158,4	1073
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250/10	18,90	6,4	11,1	8,1	152
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	13,43	4,8	7,8	48,1	275
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	55,84	16,6	17,4	4,4	232
2020	54	ОГУРЕЦ (ПОРЦИЯМИ)	100	21,75	0,9	0,1	2,5	14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,25	1,9	0,3	11,6	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,85	0,1		20,8	82
Итого				121,02	30,7	36,7	95,5	810
Всего				274,63	68,8	69,1	253,9	1883

Зав.производством

Исмагулаева Е.А.

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

директор
Илющенко Г.А./



МЕНЮ
7 декабря 2021 г.

12-18 лет ТЖС

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	12,53	4,8	7,8	48,1	275
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	55,33	16,7	17,4	4,5	233
		ОГУРЕЦ (ПОРЦИЯМИ)	100	21,75	0,9	0,1	2,5	14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,85	0,1		20,8	82
Итого				99,96	23,7	25,5	83,6	641
Всего				99,96	23,7	25,5	83,6	641

Зав.производством

Исмагулаева Е.А.



Утверждаю
 директор
 МКОУ СОШ с/п.о.г. Гастелло
 /Илющенко Г.А./

МЕНЮ

7 декабря 2021 г.

ОВЗ 7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	366	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150/25	87,76	26,5	22	21,5	382
2004	769	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	21,03	7,1	8,8	57,4	328
1980	1047	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	8,41	0,7	0,3	27	123
1983	912	БАНАН	250	53,03	3,8	1,3	52,5	240
Итого				170,23	38,1	32,4	158,4	1073
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250/10	17,55	6,4	11,1	8,1	152
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	13,19	4,8	7,8	48,1	275
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	62,20	16,6	17,4	4,4	232
2020	54	ОГУРЕЦ (ПОРЦИЯМИ)	100	21,75	0,9	0,1	2,5	14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,86	0,1		20,8	82
Итого				125,05	30	36,6	91,6	792
Всего				295,28	68,1	69	250	1865

Зав. производством Исмагулаева Е.А. Исмагулаева Е.А.