

Утверждаю

директор
МКО СОШ с. Гастелло
Илющенкова Г.А.



МЕНЮ
13 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	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	20,42	8,8	6,4	31	211
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,60				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	15,40	7	8,9		109
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,51	4	3	0,2	49
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	5,77	0,5		14,6	60
1983	912	ГРУША	300	64,20	1	0,8	25,3	114
Итого				115,90	21,3	19,1	71,1	543
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (курица)	250	20,52	7,2	11,9	15,4	191
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	3,76	6,6	0,8	40,4	192
		ПОДЖАРКА С МЯСОМ	100	54,30	17,1	45,9	4,3	479
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	16,59	4,5	19,5	6,1	218
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,40				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,25	1,9	0,3	11,6	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,64	0,1		16,3	64
Итого				104,46	37,4	78,4	94,1	1199
Всего				220,36	58,7	97,5	165,2	1742

Зав. производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.

Утверждаю



директор

МКОУ СОШ с. Естелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

13 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	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	11,72	6,7	8,6	40,5	259
		ПОДЖАРКА С МЯСОМ	100	54,02	17,1	45,9	4,3	479
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	15,40	4,5	19,5	6,1	218
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	4,53	0,1		16,3	64
Итого				91,92	30,3	74,3	78,8	1075
Всего				91,92	30,3	74,3	78,8	1075

Зав. производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./

МЕНЮ

13 декабря 2021 г.

7-11 лет ТЖС



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	3,73	6,6	0,8	40,4	192
		ПОДЖАРКА С МЯСОМ	90	49,05	15,5	41,2	3,5	430
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	15,36	4,5	19,5	6,1	218
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	4,53	0,1		16,3	64
Итого				78,92	28,6	61,8	77,9	959
Завтрак 2								
1980	712	МЯСО ПТИЦЫ ЖАРЕНОЕ	100	0,00	19,2	27,2	0,1	306
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	0,00	2,9	4,5	22,3	138
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	80	0,00	0,2	4	1	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
		НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	0,00			18,2	72
Итого				0,00	23,5	35,9	49,3	594
Всего				78,92	52,1	97,7	127,2	1553

Зав.производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло
Илющенко Г.А./



МЕНЮ

13 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	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	23,18	8,8	6,4	31	211
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,60				36
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	5,13	2,3	3		49
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,51	4	3	0,2	59
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	5,25	0,4		14,5	76
1983	912	ГРУША	200	42,80	0,7	0,5	16,8	431
Итого				86,47	16,2	12,9	62,5	431
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (курица)	250	21,26	7,2	11,9	15,4	191
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	3,54	6,6	0,8	40,4	192
		ПОДЖАРКА С МЯСОМ	100	53,44	17,1	45,9	4,3	479
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	17,34	4,5	19,5	6,1	218
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,40				55
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,25	1,9	0,3	11,6	64
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,85	0,1		16,3	64
Итого				105,08	37,4	78,4	94,1	1199
Всего				191,55	53,6	91,3	156,6	1630

Зав. производством Илющенко Г.А. Исматулаева Е.А.