

Утверждаю

директор
МКОУ СОШ с. Гастелло
/Илющенко Г.А./

МЕНЮ
10 января 2022 г.

ОВЗ 12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	20,52	8,3	12,8	33,5	275
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	16,29	7	8,9		109
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,95	0,2		14,1	56
Итого				40,56	15,5	21,7	47,6	440
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	18,19	6,3	9,4	7	133
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	13,43	4,8	7,8	48,1	275
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	66,54	16,6	17,4	4,4	232
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	12,37	0,2	5	1	50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,64	0,1		16,3	64
Итого				121,37	29,2	39,8	84,5	791
Всего				161,93	44,7	61,5	132,1	1231

Зав.производством

Исматулаева Е.М.

Утверждаю

директор
МКОУ СОШ с. Гастелло
/Илющенко Г.А./



МЕНЮ

10 января 2022 г.

12-18 лет ТЖС

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	18,98	10,7	10,3	38,1	282
2020	54-10м	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (свинина)	200	65,83	17,7	40,6	13,9	472
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ	100	15,00	1,9	0,1	3,8	23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
1980	1047	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	8,11	0,7	0,3	22,5	105
Итого				122,12	32,3	59,8	86,1	994
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	0,00	6,3	9,4	7	133
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	0,00	4,8	7,8	48,1	275
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ	100	0,00	16,7	21,3	4,3	265
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,00	0,2	5	1	50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,1		16,3	64
Итого				0,00	29,3	43,7	84,4	824
Всего				122,12	61,6	103,5	170,5	1818

Зав.производством

Илющенко

Исматулаева Е.М.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ
10 января 2022 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	18,83	8,3	12,8	33,5	275
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	10,86	3,5	4,4		55
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,16	0,2		14,1	56
Итого				33,65	12	17,2	47,6	386
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250/10	17,27	6,4	10,3	7,2	142
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	13,21	4,3	7	43,3	248
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	73,61	16,6	17,4	4,4	232
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	80	9,71	0,1	4	0,8	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,85	0,1		16,3	64
Итого				124,85	28,7	38,9	79,7	763
Всего				158,50	40,7	56,1	127,3	1149

Зав. производством

Исмагулаева Е.М.

Утверждаю



директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./

МЕНЮ

10 января 2022 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	210	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	16,64	9,6	9,4	34,3	253
2020	54-10м	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (свинина)	200	65,77	17,7	40,6	13,9	472
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	100	15,00	1,9	0,1	3,8	23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
1980	1047	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	8,09	0,7	0,3	22,5	105
Итого				119,70	31,2	58,9	82,3	965
Завтрак 2								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	0,00	3,7	7,7	23,3	172
2008	315	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	80	0,00	11,2	27,2	6,2	302
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	0,00	1,9	8,9	7,7	119
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,00	1	0,2	20,2	92
Итого				0,00	19	44,2	65,1	722
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	0,00	6,3	9,4	7	133
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	0,00	4,3	7	43,3	248
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ	100	0,00	16,7	21,3	4,3	265
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,00	0,2	5	1	50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,1		16,3	64
Итого				0,00	28,8	42,9	79,6	797
Всего				119,70	79	146	227	2484

Зав.производством

Исматулаева Е.М.