

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

17 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	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,69	5,3	8,5	36,2	235
2008	256	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	44,60	18,4	16,7	1,4	240
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	80	13,39	3,7	18,8	4,9	203
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,55	0,1		16,3	64
Итого				79,43	28,7	44,2	66,5	779
Завтрак 2								
2008	210	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	0,00	9,6	9,4	34,3	253
2020	54-10м	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (свинина)	200	0,00	17,7	40,6	13,9	472
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	100	0,00	1,9	0,1	3,8	23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,00	0,1	8,3	0,1	75
1980	1047	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,00	0,7	0,3	22,5	105
Итого				0,00	31,2	58,9	82,3	965
Обед.								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ(курица)	250	0,00	11,2	10,3	20,8	212
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	0,00	5,9	8,5	40,2	254
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	0,00	14,5	10,3	5,2	164
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	100	0,00	1,4	4,2	5,2	59
2008	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	0,00	1,3	5,1	7,6	81
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
1980	927	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(смородина)	200	0,00	0,3	0,1	15,7	66
Итого				0,00	35,8	38,7	102,4	873
Всего				79,43	95,7	141,8	251,2	2617

зав.производством

Исмагулаева Е.М.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

17 января 2022 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								
2088	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,69	5,3	8,5	36,2	236
2088	256	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	52,50	21,6	18,2	1,8	271
2088	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	80	16,15	4,5	19,6	6,1	220
2088		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2088	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,55	0,1		16,3	64
Итого				90,09	32,7	46,5	68,1	828
Всего				90,09	32,7	46,5	68,1	828

зав. производством

Исматулаева Е.М.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./

МЕНЮ

17 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 ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	24,65	10,1	13,1	40,6	312
1980		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	16,29	7	8,9		109
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,97	0,5		14,6	60
Итого				55,71	17,7	30,3	55,3	556
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (курица)	250	21,49	6,8	11,3	15,6	185
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,00	5,9	8,5	40,2	254
2008	256	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	43,39	16,2	17,1	1,8	234
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	17,21	4,5	19,5	6,1	218
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		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				102,13	34,7	56,6	87,7	992
Всего				157,84	52,4	86,9	143	1548

зав. производством



Исматулаева Е.М.

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 января 2022 г.

ОВЗ 7-11 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 ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	24,61	7,5	9,9	30,5	234
1980		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	5,25	0,5		14,6	61
Итого				31,66	8	9,9	45,1	295
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (курица)	200	18,68	5,4	9,4	12,6	151
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,21	4,4	6,3	30,1	191
2008	256	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	41,30	13	13,6	1,4	187
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	80	11,65	3,7	15,6	4,9	175
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,85	0,1		16,3	64
Итого				91,09	27,8	45,1	73	805
Всего				122,75	35,8	55	118,1	1100

зав. производством



Исмагулаева Е.М.