

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

МЕНЮ

31 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	200	25,08	10,1	13,1	40,6	312
1980		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,04	0,4		14,4	58
Итого				29,92	10,5	13,1	55	370
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (курица)	200	18,76	5,4	9,4	12,6	151
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,73	5,2	7,7	36,2	229
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	56,81	15,2	5,8	0,7	112
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				95,55	27,1	23,1	73,5	593
Всего				125,47	37,6	36,2	128,5	963

Зав. производством Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 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	9,85					
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80	56,72	5,2	7,7	36,2	229	
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	80	6,00	20,3	7,8	1	149	
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50	1,1	12,7	3,3	132	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70					
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,55	1,2	0,2	7,7	37	
Итого					83,32	0,1	16,3	64	
					83,32	27,9	28,4	64,5	611
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					
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,00	1,2	0,2	7,7	37	
1980	1047	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,00	0,1	8,3	0,1	75	
Итого					0,00	0,7	22,5	105	
					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					
1980	927	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(смородина)	200	0,00	1,2	0,2	7,7	37	
Итого					0,00	0,3	15,7	66	
Всего					83,32	94,9	126	249,2	2449

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
31 января 2022 г.

12-18 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 ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	10,98	5,9	8,5	40,2	254
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	70,55	25,3	9,7	1,3	186
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	80	5,84	0,8	15,1	4,1	154
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	4,53	0,1		16,3	64
Итого				98,10	33,3	33,5	69,6	695
Всего				98,10	33,3	33,5	69,6	695

Зав.производством _____

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю



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

МЕНЮ

31 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
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	2,83	0,4		14,4	58
Итого				37,28	10,6	21,4	55,1	445
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (курица)	200	17,81	5,4	9,4	12,6	151
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,57	4,4	6,3	30,1	191
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80	59,89	20,3	7,8	1	149
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	6,52	0,8	15,1	4,1	154
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				100,83	32,2	38,8	71,8	746
Всего				138,11	42,8	60,2	126,9	1191

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.

