

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 февраля 2022 г.

7-11 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 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 7,03 | 5,2 | 4,2 | 32,1 | 182 |
| 2008 | 284 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ | 80 | 48,19 | 13,1 | 13,5 | 5,6 | 188 |
| 2008 | 364 | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ | 25 | 3,18 | 0,4 | 0,4 | 2,6 | 16 |
| 2008 | 35 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 12,90 | 2,3 | 7,4 | 8,6 | 112 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4,50 | | | | |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,70 | 1,2 | 0,2 | 7,7 | 37 |
| | | КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(смородина) | 200 | 12,25 | 0,2 | 0,1 | 12,2 | 51 |
| Итого | | | | 89,75 | 22,4 | 25,8 | 68,8 | 586 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
| 2008 | 181 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 0,00 | 5,2 | 7,7 | 36,2 | 229 |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 80 | 0,00 | 13,2 | 14,8 | 1,6 | 199 |
| 2008 | 48 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 80 | 0,00 | 3,7 | 15,6 | 4,9 | 175 |
| 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 | 23,4 | 38,3 | 66,7 | 704 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (курица) | 250 | 0,00 | 6,8 | 11,8 | 15,7 | 190 |
| 2004 | 340 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ | 200 | 0,00 | 16,6 | 24,3 | 4,4 | 314 |
| 2008 | 315 | БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ | 100 | 0,00 | 13,8 | 34 | 7,8 | 377 |
| 1980 | | ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ | 100 | 0,00 | 1 | | 3,8 | 20 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 0,00 | | | | |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 0,00 | 1,2 | 0,2 | 7,7 | 37 |
| | | НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ | 200 | 0,00 | 0,1 | | 14,3 | 59 |
| Итого | | | | 0,00 | 39,5 | 70,3 | 53,7 | 997 |
| Всего | | | | 89,75 | 85,3 | 134,4 | 189,2 | 2287 |

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 февраля 2022 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 | | | | | | | | |
| 2004 | 302 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ | 200/7 | 16,01 | 7,6 | 7 | 38,9 | 244 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,80 | | | | |
| 2004 | 96 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 8,00 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 2008 | 410 | КИСЕЛЬ | 200 | 5,14 | | | 25 | 99 |
| 1983 | 915 | АПЕЛЬСИН | 150 | 30,90 | 0,9 | 0,2 | 7,7 | 41 |
| Итого | | | | 61,85 | 8,6 | 15,5 | 71,7 | 459 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ(курица) | 250 | 18,68 | 6,5 | 9,2 | 14,7 | 163 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 200 | 12,55 | 7,1 | 7,9 | 43,7 | 268 |
| 2008 | 284 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ | 100 | 58,18 | 15,6 | 16,9 | 10,4 | 246 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ | 25 | 2,35 | 0,4 | 1,4 | 2,2 | 23 |
| 2008 | 35 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 14,35 | 2,4 | 10,1 | 9,6 | 140 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,70 | | | | |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,70 | 1,2 | 0,2 | 7,7 | 37 |
| | | КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(смородина) | 200 | 12,55 | 0,2 | 0,1 | 15,1 | 62 |
| Итого | | | | 123,06 | 33,4 | 45,8 | 103,4 | 939 |
| Всего | | | | 184,91 | 42 | 61,3 | 175,1 | 1398 |

Зав.производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.

Утверждаю



директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

28 февраля 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 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 190 | 9,15 | 6,3 | 5,7 | 38,6 | 225 |
| 2008 | 284 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ | 90 | 50,11 | 13,6 | 14,2 | 5,7 | 197 |
| 2008 | 364 | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ | 25 | 3,69 | 0,4 | 0,8 | 2,6 | 20 |
| 2008 | 35 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 12,65 | 2,3 | 7,6 | 8,5 | 113 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4,50 | | | | |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,70 | 1,2 | 0,2 | 7,7 | 37 |
| | | КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(смородина) | 200 | 12,24 | 0,2 | 0,1 | 12 | 50 |
| Итого | | | | 94,04 | 24 | 28,6 | 75,1 | 642 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (курица) | 250 | 0,00 | 6,8 | 11,8 | 15,7 | 190 |
| 2004 | 340 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ | 200 | 0,00 | 16,6 | 24,3 | 4,4 | 314 |
| 2008 | 315 | БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ | 100 | 0,00 | 13,8 | 34 | 7,8 | 377 |
| 1980 | | ПЕРЕЦ СВЕЖИЙ (НАРЕЗКА) | 100 | 0,00 | | | | |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 0,00 | | | | |
| | | НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ | 200 | 0,00 | 0,1 | | 14,3 | 59 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 0,00 | 1,2 | 0,2 | 7,7 | 37 |
| Итого | | | | 0,00 | 38,5 | 70,3 | 49,9 | 977 |
| Всего | | | | 94,04 | 62,5 | 98,9 | 125 | 1619 |

Зав. производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.