

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 марта 2022 г.

7-11 лет ТЖС

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	22,70	4,6	10,1	26,8	211
2008	256	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	44,05	19,1	13,8	1,3	219
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	15,78	4,4	19,4	6,1	217
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				93,28	29,4	43,5	58,2	748
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 ЗЕЛЕНЬИЙ	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				93,28	96,4	141,1	242,9	2586

Зав. производством

Исмагулова Е.А.

Исмагулова Е.А.

Утверждаю

директор
МКОУ СОШ с Гастелло
Илющенко Г.А.



МЕНЮ

1 марта 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								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	197	24,12	4	12,9	23,7	221
2008	256	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	105	47,88	17,6	19,3	2	262
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	99	15,77	4,5	18,4	6,1	209
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	57	5,14				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,90	1,4	0,2	8,6	41
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,55	0,1		16,3	64
Итого				99,36	27,6	50,8	56,7	797
Всего				99,36	27,6	50,8	56,7	797

Зав. производством

Исматулаева Е.А.

Утверждаю

директор
МКОУ СОШ с. Гастелло
Илющенко Т.А.



МЕНЮ

1 марта 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 ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	26,87	10,7	14,7	43,7	340
1980		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,36	0,1		14,1	57
Итого				33,03	10,8	14,7	57,8	397
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (курица)	200	18,93	6,4	10	15,1	170
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,70	5,3	4,6	36,5	204
2008	256	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	87	47,84	15,1	16,4	1,6	223
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	81	11,80	3,7	16,6	4,9	184
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				98,52	31,8	47,8	82,1	882
Всего				131,55	42,6	62,5	139,9	1279

Зав. производством

Илющенко Т.А.

Исматулаева Е.А.

Утверждаю

директор
МКОУ СОШ с. Гастелло
Илющенкова Г.А.



МЕНЮ

1 марта 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								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	20,32	6,7	11,8	26,6	231
1980		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	25	20,00	0,1	20,6	0,2	187
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	16,29	7	8,9		109
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,38	0,4		14,5	60
Итого				62,79	14,2	41,3	41,3	587
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (курица)	250	23,41	7,2	11	22,3	211
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	20,75	4,3	9,5	24,1	193
2008	256	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	101	46,94	16	20,8	2	266
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	99	16,72	4,5	18,5	6,1	209
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	4,05				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,54	0,1		16,3	64
Итого				118,96	34	60,1	82,4	998
Всего				181,75	48,2	101,4	123,7	1585

Зав. производством

Исматулаева Е.А.