

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

# МЕНЮ

5 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	21,96	4,5	8,7	30	210
2008	315	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	80	40,13	13,8	34	7,8	377
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	17,50	1,9	8,9	7,7	119
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,61	1	0,2	20,2	92
<b>Итого</b>				<b>99,40</b>	<b>22,4</b>	<b>52</b>	<b>73,4</b>	<b>835</b>
<b>Всего</b>				<b>99,40</b>	<b>22,4</b>	<b>52</b>	<b>73,4</b>	<b>835</b>

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю



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

# МЕНЮ

5 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	
<b>Завтрак</b>								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ	200/5	40,67	17,3	13,9	6,8	236
1980		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	5,43	2,3	3		36
2008	433	КАКАО	200	13,80	3,1	2,8	18,7	
2008		ЯБЛОКО	150	29,64	0,5	0,5	11,2	54
<b>Итого</b>				<b>91,34</b>	<b>23,2</b>	<b>20,2</b>	<b>36,7</b>	<b>326</b>
<b>Обед</b>								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (курица)	250	12,43	5,3	3,2	17,1	117
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	11,10	3,1	0,7	24,4	114
2008	315	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	75	31,28	10,7	27,1	7,1	303
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	17,50	1,9	8,9	7,7	119
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,61	1	0,2	20,2	92
<b>Итого</b>				<b>90,32</b>	<b>23,2</b>	<b>40,3</b>	<b>84,2</b>	<b>782</b>
<b>Всего</b>				<b>181,66</b>	<b>46,4</b>	<b>60,5</b>	<b>120,9</b>	<b>1108</b>

Зав. производством

Исматулаева Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

# МЕНЮ

5 марта 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	
<b>Завтрак</b>								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ	110/5	26,08	12,2	9	0,7	148
1980		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	5,43	2,3	3		36
2008	433	КАКАО	180	6,90	1,5	1,4	9,4	
2008		ЯБЛОКО	250	57,00	0,9	0,9	21,6	103
<b>Итого</b>				<b>97,21</b>	<b>16,9</b>	<b>14,3</b>	<b>31,7</b>	<b>287</b>
<b>Обед</b>								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (курица)	250	3,52	2,8	1,3	9,8	59
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	1,51	0,4	0,1	3,2	15
2008	315	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	75	0,90				
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	10,50	1,1	5,3	4,6	71
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,61	1	0,2	20,2	92
<b>Итого</b>				<b>34,44</b>	<b>6,5</b>	<b>7,1</b>	<b>45,5</b>	<b>274</b>
<b>Всего</b>				<b>131,65</b>	<b>23,4</b>	<b>21,4</b>	<b>77,2</b>	<b>561</b>

Зав. производством

*Исмагулова*

Исмагулова Е.А.



Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

# МЕНЮ

5 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	20,98	4,3	8,6	27,9	200
2008	315	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	80	40,20	13,8	34	7,8	377
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	70	12,25	1,3	6,2	5,4	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,61	1	0,2	20,2	92
<b>Итого</b>				<b>93,24</b>	<b>21,6</b>	<b>49,2</b>	<b>69</b>	<b>789</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	0,00	7,1	7,9	43,7	268
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	90	0,00	14,1	15,2	9,4	222
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	25	0,00	0,5	0,7	2,7	19
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
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(смородина)	200	0,00	0,2	0,1	15,1	62
<b>Итого</b>				<b>0,00</b>	<b>24,1</b>	<b>24,1</b>	<b>82,4</b>	<b>628</b>
<b>Обед</b>								
		БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	0,00	6,8	10,1	15,2	174
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	0,00	10,9	9,9	47,4	314
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	0,00	4,5	37,8	12,7	396
2020	54-3с- 2020	ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	100	0,00				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	0,00	4,6	5,9		73
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
1980	1047	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,00	0,7	0,3	22,5	105
<b>Итого</b>				<b>0,00</b>	<b>28,7</b>	<b>64,2</b>	<b>105,5</b>	<b>1099</b>
<b>Всего</b>				<b>93,24</b>	<b>74,4</b>	<b>137,5</b>	<b>256,9</b>	<b>2516</b>

Зав.производством

*Исмагулаева Е.А.*

Исмагулаева Е.А.