

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 марта 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								
2004	302	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	15,43	6	6,7	27,9	191
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	410	КИСЕЛЬ	200	5,25			26,5	105
1983	915	АПЕЛЬСИН	150	27,47	0,8	0,2	6,9	36
Итого				57,95	6,9	15,2	61,4	407
Обед								
		БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	17,62	5	8,9	14,6	154
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	10,72	4,2	7,6	25,8	183
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	75	54,40	14,7	16,1	10,4	236
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	2,30	0,4	1,4	2,2	23
1980		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ	100	24,58	1		3,8	20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(смородина)	200	9,68	0,1	0,1	14,7	60
Итого				123,70	26,6	34,3	79,2	713
Всего				181,65	33,5	49,5	140,6	1120

Зав. производством

Исматулаева Е.А.

МЕНЮ

11 марта 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	11,84	7,1	7,9	43,7	268
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	70	35,83	9,9	11,4	8	167
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	25	3,58	0,4	0,7	2,2	16
1980		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ	80	24,29	1		3,7	20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(смородина)	200	11,51	0,2	0,1	1,8	10
Итого				93,25	19,8	20,3	67,1	518
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				93,25	82,7	128,9	187,5	2219

Зав.производством

Исматулаева Е.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	11,79	7,1	7,9	43,7	268
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	90	40,44	11,2	12,8	8,7	187
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	25	3,94	0,5	0,7	2,7	19
1980		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ	100	24,54	1		3,8	20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(смородина)	200	12,46	0,2	0,1	15	62
Итого				99,37	21,2	21,7	81,6	593
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 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				99,37	59,7	92	131,5	1570

Зав. производством



Исмагулаева Е.А.



Утверждаю

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

МЕНЮ

11 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	
Завтрак								
2004	302	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	16,71	3,9	10,9	13,5	162
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	410	КИСЕЛЬ	200	4,59			26,5	105
1983	915	АПЕЛЬСИН	150	30,90	0,9	0,2	7,7	41
Итого				62,00	4,9	19,4	47,8	383
Обед								
		БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	12,36	2,5	7	8	103
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	10,03	3,1	7,5	19,4	153
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	60	54,17	14,1	15,2	9,4	222
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	25	11,23	0,4	0,7	2,9	20
1980		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ	100	23,85	1		3,8	20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(смородина)	200	1,30			13,7	54
Итого				117,34	22,3	30,6	64,9	609
Всего				179,34	27,2	50	112,7	992

Зав.производством

Исматулаева Е.А.