

Утверждаю

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

# МЕНЮ

16 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,42	4	7,3	40,1	236
2008	256	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	43,02	16,7	16,1	1,6	228
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	15,98	4,5	19,5	6	218
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1980	1042	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	16,62			13,7	54
<b>Итого</b>				<b>93,24</b>	<b>26,4</b>	<b>43,1</b>	<b>69,1</b>	<b>773</b>
<b>Завтрак 2</b>								
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	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
<b>Итого</b>				<b>0,00</b>	<b>31,2</b>	<b>58,9</b>	<b>82,3</b>	<b>965</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>				<b>0,00</b>	<b>35,8</b>	<b>38,7</b>	<b>102,4</b>	<b>873</b>
<b>Всего</b>				<b>93,24</b>	<b>93,4</b>	<b>140,7</b>	<b>253,8</b>	<b>2611</b>

Зав. производством

*Исмагулова Е.А.*

Исмагулова Е.А.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

16 марта 2022 г.

12-18 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	10,53	4,4	5,9	44,5	243
2008	256	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО- СТРОГАНОВСКИ	100	49,89	19,1	19,1	2	267
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	16,14	4,5	19,5	6	218
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1980	1042	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	16,63			13,7	54
<b>Итого</b>				<b>99,39</b>	<b>29,2</b>	<b>44,7</b>	<b>73,9</b>	<b>819</b>
<b>Всего</b>				<b>99,39</b>	<b>29,2</b>	<b>44,7</b>	<b>73,9</b>	<b>819</b>

Зав.производством

Исматулаева Е,А,

Утверждаю



директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

# МЕНЮ

16 марта 2022 г.

ОВЗ 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	100	45,02	17,4	9,8	20,7	234
2008	430	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	185/15/3	2,85	0,2		15,3	63
<b>Итого</b>				<b>47,87</b>	<b>17,6</b>	<b>9,8</b>	<b>36</b>	<b>297</b>
<b>Обед</b>								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250/10	20,58	6,4	10,3	7,2	142
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,04	3,3	4,4	33,3	182
2008	256	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	45,62	16,4	18,6	2	249
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	16,58	4,5	19,5	6	218
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1980	1042	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	16,73			13,7	54
<b>Итого</b>				<b>112,95</b>	<b>31,8</b>	<b>53</b>	<b>69,9</b>	<b>882</b>
<b>Всего</b>				<b>160,82</b>	<b>49,4</b>	<b>62,8</b>	<b>105,9</b>	<b>1179</b>

Зав.производством

Исматулаева Е.А.

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
16 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	99	50,60	17,4	8,8	20,7	225
2008	430	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	185/15/3	5,72	0,2		15,3	63
<b>Итого</b>				<b>56,32</b>	<b>17,6</b>	<b>8,8</b>	<b>36</b>	<b>288</b>
<b>Обед</b>								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	200	14,67	4,4	7,9	5,6	107
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,72	3,3	0,5	33,3	148
2008	256	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	23,98	7,2	12,6	1,6	150
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	80	11,76	3,7	15,6	4,9	175
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1980	1042	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	16,93			13,7	54
<b>Итого</b>				<b>75,46</b>	<b>19,8</b>	<b>36,8</b>	<b>66,8</b>	<b>671</b>
<b>Всего</b>				<b>131,78</b>	<b>37,4</b>	<b>45,6</b>	<b>102,8</b>	<b>959</b>

Зав. производством

Исматулаева Е.А.,