

Утверждаю

директор
МКОУ СОШ с. Гастепло
(Илющенко Е.А.)

МЕНЮ

17 марта 2022 г.

ОВЗ 7-11 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 | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 324 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | 5,04 | 5,7 | 1,5 | 26,7 | 140 |
| 1980 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,80 | | | | |
| 2004 | 686 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 185/15/7 | 5,24 | 0,5 | | 14,6 | 60 |
| Итого | | | | 12,08 | 6,2 | 1,5 | 41,3 | 200 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2020 | 54-6с | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЁЦКАМИ(говядина) | 250 | 31,75 | 7,7 | 15,4 | 13,6 | 216 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 43,29 | 13,5 | 24,3 | 12,6 | 311 |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 100 | 24,28 | 0,8 | 16,1 | 2,9 | 159 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,70 | | | | |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,70 | 1,2 | 0,2 | 7,7 | 37 |
| 1983 | 123 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(клубника) | 200 | 12,51 | 0,2 | 1 | 14,7 | 69 |
| Итого | | | | 116,23 | 23,4 | 57 | 51,5 | 792 |
| Всего | | | | 128,31 | 29,6 | 58,5 | 92,8 | 992 |

Зав. производством



Исматулаева Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

17 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 324 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | 6,27 | 8 | 2,1 | 40,8 | 209 |
| 1980 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,80 | | | | |
| 2004 | 686 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 185/15/7 | 11,04 | 0,6 | | 28,4 | 118 |
| Итого | | | | 19,11 | 8,6 | 2,1 | 69,2 | 327 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2020 | 54-6с | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЁЦКАМИ(говядина) | 250 | 41,78 | 16,7 | 26,2 | 31,1 | 418 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 250 | 66,28 | 20,9 | 41 | 13,2 | 487 |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 100 | 28,54 | 1,1 | 20,1 | 3,4 | 198 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,70 | | | | |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,70 | 1,2 | 0,2 | 7,7 | 37 |
| 1983 | 123 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(клубника) | 200 | 13,15 | 0,2 | 1 | 28,2 | 123 |
| Итого | | | | 154,15 | 40,1 | 88,5 | 83,6 | 1263 |
| Всего | | | | 173,26 | 48,7 | 90,6 | 152,8 | 1590 |

Зав.производством

Исматулаева Е,А,

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 марта 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 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 210 | 53,09 | 16,8 | 31,9 | 12,6 | 390 |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 100 | 27,88 | 1,1 | 20,1 | 3,4 | 198 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4,50 | | | | |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,70 | 1,2 | 0,2 | 7,7 | 37 |
| 1983 | 123 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(клубника) | 200 | 12,20 | 0,2 | 1 | 14,7 | 69 |
| Итого | | | | 99,37 | 19,3 | 53,2 | 38,4 | 694 |
| Всего | | | | 99,37 | 19,3 | 53,2 | 38,4 | 694 |

Зав. производством

Исматулаева Е.А.

Утверждаю

директор
МКОУ ГОШОС
Гастелло
Илющенко Г.А./

МЕНЮ

17 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 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 45,92 | 14 | 25 | 13,7 | 325 |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 100 | 28,96 | 1,1 | 25,1 | 3,5 | 244 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4,50 | | | | |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,70 | 1,2 | 0,2 | 7,7 | 37 |
| 1983 | 123 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(клубника) | 200 | 12,19 | 0,2 | 1 | 14,7 | 69 |
| Итого | | | | 93,27 | 16,5 | 51,3 | 39,6 | 675 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
| 1980 | 323 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 180 | 0,00 | 3,5 | 8,5 | 26,6 | 191 |
| 1980 | 712 | МЯСО ПТИЦЫ ЖАРЕНОЕ | 75/5 | 0,00 | 19,2 | 27,2 | 0,1 | 306 |
| 2020 | 54 | ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ | 100 | 0,00 | 0,8 | 0,1 | 2,4 | 13 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 0,00 | | | | |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 0,00 | 1,2 | 0,2 | 7,7 | 37 |
| 1980 | 1042 | НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ | 200 | 0,00 | | | 13,7 | 54 |
| Итого | | | | 0,00 | 24,7 | 36 | 50,5 | 601 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ(курица) | 250 | 0,00 | 7 | 11,5 | 12,8 | 176 |
| 2008 | 158 | ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ | 150 | 0,00 | 9,2 | 6,5 | 13,7 | 152 |
| 2008 | 273 | КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ | 100 | 0,00 | 13,2 | 23,3 | 6,5 | 278 |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 80 | 0,00 | 0,6 | 16,1 | 2,3 | 156 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 0,00 | | | | |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 0,00 | 1,2 | 0,2 | 7,7 | 37 |
| 1980 | 927 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(клубника) | 200 | 0,00 | 0,2 | 1 | 14,7 | 69 |
| Итого | | | | 0,00 | 31,4 | 58,6 | 57,7 | 868 |
| Всего | | | | 93,27 | 72,6 | 145,9 | 147,8 | 2144 |

Зав.производством

Исмагулаева Е.А.

Исмагулаева Е.А.