

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

# МЕНЮ

29 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>   |               |                                    |        |               |                   |             |              |                               |
| 2008             | 210           | МАКАРОНЫ С СЫРОМ                   | 200    | 15,77         | 8,7               | 7,8         | 38,1         | 252                           |
| 1980             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 20     | 1,80          |                   |             |              |                               |
| 2004             | 96            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                   | 10     | 8,00          | 0,1               | 8,3         | 0,1          | 75                            |
| 2008             | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 185/15 | 1,95          | 0,2               |             | 14,1         | 56                            |
| 2008             |               | ЯБЛОКО                             | 170    | 38,00         | 0,6               | 0,6         | 14,4         | 69                            |
| <b>Итого</b>     |               |                                    |        | <b>65,52</b>  | <b>9,6</b>        | <b>16,7</b> | <b>66,7</b>  | <b>452</b>                    |
| <b>Обед</b>      |               |                                    |        |               |                   |             |              |                               |
| 2008             | 99            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ(курица) | 250    | 22,30         | 10,9              | 10,2        | 20           | 208                           |
| 2008             | 335           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                  | 200    | 21,46         | 4                 | 8,6         | 25,9         | 191                           |
| 1980             | 712           | МЯСО ПТИЦЫ ЖАРЕНОЕ                 | 100    | 45,15         | 19,2              | 27,2        | 0,1          | 306                           |
| 2008             | 48            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 100    | 14,13         | 3,4               | 18          | 6,5          | 201                           |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 30     | 2,70          |                   |             |              |                               |
|                  |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 20     | 1,70          | 1,2               | 0,2         | 7,7          | 37                            |
| 2008             | 394           | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ            | 200    | 8,66          | 0,2               |             | 29,6         | 118                           |
| <b>Итого</b>     |               |                                    |        | <b>116,10</b> | <b>38,9</b>       | <b>64,2</b> | <b>89,8</b>  | <b>1061</b>                   |
| <b>Всего</b>     |               |                                    |        | <b>181,62</b> | <b>48,5</b>       | <b>80,9</b> | <b>156,5</b> | <b>1513</b>                   |

Зав. производством

*Исмагулова*

Исмагулова Е.А.

Утверждаю

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

# МЕНЮ

29 марта 2022 г.

12-18 лет ТЖС

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда                    | Выход | Цена, руб.   | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|---------------------------------------|-------|--------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|                    |               |                                       |       |              | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-воды, г |                               |
| <b>Завтрак</b>     |               |                                       |       |              |                   |              |              |                               |
| 2008               | 335           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     | 200   | 20,46        | 4                 | 8,6          | 25,9         | 191                           |
| 1980               | 712           | МЯСО ПТИЦЫ ЖАРЕННОЕ                   | 100   | 45,31        | 19,3              | 28,2         | 0,3          | 316                           |
| 2008               | 48            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ    | 100   | 17,80        | 5,2               | 20,3         | 6,5          | 229                           |
| 2008               |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 50    | 4,50         |                   |              |              |                               |
|                    |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 20    | 1,70         | 1,2               | 0,2          | 7,7          | 37                            |
| 2008               | 394           | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ               | 200   | 9,61         | 0,2               |              | 30,5         | 122                           |
| <b>Итого</b>       |               |                                       |       | <b>99,38</b> | <b>29,9</b>       | <b>57,3</b>  | <b>70,9</b>  | <b>895</b>                    |
| <b>Обед</b>        |               |                                       |       |              |                   |              |              |                               |
| 2020               | 54-6с         | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЁЦКАМИ(говядина) | 250   | 0,00         | 9,3               | 9,6          | 13,6         | 172                           |
| 2008               | 335           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     | 200   | 0,00         | 4                 | 8,6          | 25,9         | 191                           |
| 2008               | 284           | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ           | 100   | 0,00         | 15,6              | 16,9         | 10,4         | 246                           |
| 2008               | 35            | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ         | 100   | 0,00         | 2,4               | 10,1         | 9,5          | 140                           |
| 2008               |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 50    | 0,00         |                   |              |              |                               |
|                    |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 20    | 0,00         | 1,2               | 0,2          | 7,7          | 37                            |
| 2008               | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                          | 200   | 0,00         | 1                 | 0,2          | 20,2         | 92                            |
| <b>Итого</b>       |               |                                       |       | <b>0,00</b>  | <b>33,5</b>       | <b>45,6</b>  | <b>87,3</b>  | <b>878</b>                    |
| <b>Всего</b>       |               |                                       |       | <b>99,38</b> | <b>63,4</b>       | <b>102,9</b> | <b>158,2</b> | <b>1773</b>                   |

Зав. производством



Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
29 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                     | 180   | 18,10        | 3,6               | 7,7          | 22,8         | 169                           |
| 1980             | 712           | МЯСО ПТИЦЫ ЖАРЕНОЕ                    | 100   | 43,37        | 19,2              | 27           | 0,1          | 305                           |
| 2008             | 48            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ    | 80    | 16,01        | 4,5               | 18,9         | 6,1          | 213                           |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 50    | 4,50         |                   |              |              |                               |
|                  |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 20    | 1,70         | 1,2               | 0,2          | 7,7          | 37                            |
| 2008             | 394           | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ               | 200   | 9,60         | 0,2               |              | 30,5         | 122                           |
| <b>Итого</b>     |               |                                       |       | <b>93,28</b> | <b>28,7</b>       | <b>53,8</b>  | <b>67,2</b>  | <b>846</b>                    |
| <b>Завтрак 2</b> |               |                                       |       |              |                   |              |              |                               |
| 2008             | 366           | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                  | 150   | 0,00         | 26                | 17,3         | 22,3         | 342                           |
| 2008             | 213           | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                          | 40    | 0,00         | 4,7               | 3,5          | 0,3          | 57                            |
| 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                            |
| 2008             | 433           | КАКАО                                 | 200   | 0,00         | 3,1               | 2,8          | 18,7         |                               |
| <b>Итого</b>     |               |                                       |       | <b>0,00</b>  | <b>35,1</b>       | <b>32,1</b>  | <b>49,1</b>  | <b>511</b>                    |
| <b>Обед</b>      |               |                                       |       |              |                   |              |              |                               |
| 2020             | 54-6с         | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЁЦКАМИ(говядина) | 250   | 0,00         | 9,3               | 9,6          | 13,6         | 172                           |
| 2008             | 335           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     | 200   | 0,00         | 4                 | 8,6          | 25,9         | 191                           |
| 2008             | 284           | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ           | 100   | 0,00         | 15,6              | 16,9         | 10,4         | 246                           |
| 2008             | 35            | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ         | 100   | 0,00         | 2,4               | 10,1         | 9,5          | 140                           |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 50    | 0,00         |                   |              |              |                               |
|                  |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 20    | 0,00         | 1,2               | 0,2          | 7,7          | 37                            |
| 2008             | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                          | 200   | 0,00         | 1                 | 0,2          | 20,2         | 92                            |
| <b>Итого</b>     |               |                                       |       | <b>0,00</b>  | <b>33,5</b>       | <b>45,6</b>  | <b>87,3</b>  | <b>878</b>                    |
| <b>Всего</b>     |               |                                       |       | <b>93,28</b> | <b>97,3</b>       | <b>131,5</b> | <b>203,6</b> | <b>2235</b>                   |

Зав. производством

*Исма*

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю



директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

**МЕНЮ**  
29 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             | 210           | МАКАРОНЫ С СЫРОМ                   | 150    | 16,82      | 7                 | 11,1    | 28,7        | 235                           |
| 1980             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 20     | 1,80       |                   |         |             |                               |
| 2008             | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 185/10 | 1,52       | 0,2               |         | 9,5         | 38                            |
| 2008             |               | ЯБЛОКО                             | 100    | 22,80      | 0,4               | 0,4     | 8,6         | 41                            |
| Итого            |               |                                    |        | 42,94      | 7,6               | 11,5    | 46,8        | 314                           |
| <b>Обед</b>      |               |                                    |        |            |                   |         |             |                               |
| 2008             | 99            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ(курица) | 250    | 20,92      | 11,2              | 10,5    | 19,7        | 211                           |
| 2008             | 335           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                  | 180    | 20,24      | 3,7               | 7,7     | 23,3        | 172                           |
| 1980             | 712           | МЯСО ПТИЦЫ ЖАРЕННОЕ                | 75     | 38,17      | 14,3              | 20,7    | 0,2         | 234                           |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 30     | 2,70       |                   |         |             |                               |
|                  |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 20     | 1,70       | 1,2               | 0,2     | 7,7         | 37                            |
| 2008             | 394           | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ            | 200    | 5,12       | 0,1               |         | 14          | 56                            |
| Итого            |               |                                    |        | 88,85      | 30,5              | 39,1    | 64,9        | 710                           |
| Всего            |               |                                    |        | 131,79     | 38,1              | 50,6    | 111,7       | 1024                          |

Зав. производством

Исматулаева Е.А.

