

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./

МЕНЮ
4 апреля 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	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	12,60	4,2	8,4	41,4	251
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	80	46,90	14	33,5	6,2	368
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	15,51	0,6	5	1,8	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,53	0,1		16,3	64
Итого				85,74	20,1	47,1	73,4	776
Завтрак 2								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	0,00	3,7	7,7	23,3	172
2008	315	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	80	0,00	11,2	27,2	6,2	302
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	0,00	1,9	8,9	7,7	119
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
Итого				0,00	19	44,2	65,1	722
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	0,00	6,3	9,4	7	133
2008	210	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	0,00	9,6	9,4	34,3	253
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ	100	0,00	16,7	21,3	4,3	265
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,00	0,2	5	1	50
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	34,1	45,3	70,6	802
Всего				85,74	73,2	136,6	209,1	2300

Зав.производством

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 апреля 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	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	12,39	4,1	8,1	41,4	250
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	53,28	16	38,5	6,2	418
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	15,53	0,6	5	1,8	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,53	0,1		16,3	64
Итого				91,93	22	51,8	73,4	825
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	0,00	6,3	9,4	7	133
2008	210	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	0,00	10,7	10,3	38,1	282
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ	100	0,00	16,7	21,3	4,3	265
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,00	0,2	5	1	50
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	35,2	46,2	74,4	831
Всего				91,93	57,2	98	147,8	1656

Зав. производством



Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
4 апреля 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	
Завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	20,53	8,3	12,8	33,5	275
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	16,29	7	8,9		109
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,16	0,2		18,6	74
Итого				40,78	15,5	21,7	52,1	458
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	24,32	6,8	12,2	8,4	164
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	12,60	4,1	7,7	41,4	245
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	79,18	24,1	55,4	8,6	605
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	15,88	0,6	5	1,7	55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,64	0,1		16,3	64
Итого				141,02	36,9	80,5	84,1	1170
Всего				181,80	52,4	102,2	136,2	1628

Зав.производством _____

Исматулаева Е,А,

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

4 апреля 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								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	18,98	8,4	13,3	33,7	279
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	8,14	3,4	4,3		53
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,16	0,2		14,1	56
Итого				31,08	12	17,6	47,8	388
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250/10	18,25	6,4	10,3	7,2	142
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,70	1,3	6,6	13,5	115
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	80	47,21	13,3	31,8	5,7	348
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	16,02	0,6	5	1,7	54
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,85	0,1		16,3	64
Итого				100,43	22,9	53,9	52,1	760
Всего				131,51	34,9	71,5	99,9	1148

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.