

Согласовано

директор
МКОУ СОШ с. Гастелло
/Илющенко Г.А./**МЕНЮ**
19 мая 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	
Завтрак								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	5,50	6,4	1,7	27,8	148
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	90	64,09	20,5	20	3,8	266
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	18,17	2,3	10,1	8,9	137
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,61	0,4		14,5	59
Итого				97,57	30,8	32	62,7	647
Всего				97,57	30,8	32	62,7	647

Зав. производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

19 мая 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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	5,59	6,4	1,7	27,8	148
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	57,91	18,2	19,3	3,8	251
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	18,12	2,3	10,1	8,9	137
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,61	0,4		14,5	59
Итого				91,43	28,5	31,3	62,7	632
Завтрак 2								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	0,00	3,7	7,7	23,3	172
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80	0,00	20,3	7,8	1	149
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,00	0,7	2,4	2,9	35
2020	54-3с-2020	ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	80	0,00				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (вишня)	200	0,00	0,2		16,5	67
Итого				0,00	26,1	18,1	51,4	460
Всего				91,43	54,6	49,4	114,1	1092

Зав. производством

Исматулаева Е.А.



МЕНЮ

19 мая 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								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ	150/5	25,27	11,2	8,7	2,4	145
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	21,51	7	8,9		109
2008	433	КАКАО	180	7,32	1,6	1,5	9,8	
1983	912	ГРУША	145	38,53	0,5	0,4	12,2	55
Итого				94,43	20,3	19,5	24,4	309
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	250	13,51	4,6	4,7	9,6	96
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,60	5,3	1,4	23,2	124
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	54,13	16,1	17,6	5,1	234
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	7,18	0,9	4	5,4	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,56	0,4		14,5	59
Итого				87,38	28,5	27,9	65,5	612
Всего				181,81	48,8	47,4	89,9	921

Зав. производством _____

Исмагулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ
19 мая 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								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ	130	21,20	9,7	7,4	3,1	128
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	4,86	1,6	2		25
2008	433	КАКАО	200	13,94	3,1	2,8	18,7	
1983	912	ГРУША	100	26,66	0,4	0,3	8,5	38
Итого				68,46	14,8	12,5	30,3	191
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	200	10,73	3,8	4,6	5,6	77
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,21	4,8	1,2	20,6	110
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70	32,44	8,9	12,5	4,2	159
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	7,41	0,9	5	4,5	68
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,14	0,4		12,6	52
Итого				63,33	20	23,5	55,2	503
Всего				131,79	34,8	36	85,5	694

Зав. производством

Исматулаева Е.А.