

Согласовано



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

МЕНЮ

2 июня 2022 г.

7-11 ЛЕТ 12 И СТАРШЕ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	200	24,80	10,7	10,3	38,1	282
1983	002	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	45/5/20	14,55	0,1	3,9	12	82
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,89	0,1		7	28
		ЙОГУРТ	200	21,20	5,3	4,7	8,2	102
2008	434	МОЛОКО	200	25,00	5,2	4,8	9,4	106
		ГРУША	250	78,95	0,9	0,7	21,1	95
		ВОДА БУТИЛИРОВАННАЯ	200	3,80				
Итого				169,19	22,3	24,4	95,8	695
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (курица)	250	35,73	7,6	11,9	17	199
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	15,48	9,8	8,9	42,7	283
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	120	75,58	17,3	18,2	11,1	267
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	25	2,90	0,3	0,7	2,4	17
		ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	100	23,82	0,8	0,1	2,3	13
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50	3,6	0,3	22,8	107
1980	1047	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	8,90	0,7	0,3	22,5	105
Итого				169,46	42	40,7	132,4	1046
Всего				338,65	64,3	65,1	228,2	1741

Зав. производством

Исматулаева Е.А.