

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

МЕНЮ

10 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 | 112 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 11,28 | 4,5 | 4,2 | 16,1 | 118 |
| 2008 | 003 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 45/10/30 | 37,61 | 6,8 | 16,2 | 0,1 | 167 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 0,89 | 0,1 | | 7 | 28 |
| | | ЙОГУРТ | 222 | 23,56 | 5,9 | 5,3 | 9,1 | 113 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО | 200 | 25,00 | 5,2 | 4,8 | 9,4 | 106 |
| 2016 | 403 | ЯБЛОКО | 250 | 54,62 | 0,9 | 0,9 | 21,6 | 103 |
| | | ВОДА БУТИЛИРОВАННАЯ | 200 | 3,80 | | | | |
| Итого | | | | 156,76 | 23,4 | 31,4 | 63,3 | 635 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 94 | СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ (свинина) | 250 | 33,81 | 6,4 | 14,2 | 24,2 | 243 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 11,96 | 6,4 | 7,2 | 39,3 | 241 |
| 1980 | 712 | МЯСО ПТИЦЫ ЖАРЕНОЕ | 100 | 47,49 | 19,2 | 27,2 | 0,1 | 306 |
| 2008 | 22 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ | 100 | 25,93 | 0,3 | 10 | 1,6 | 98 |
| 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 | 927 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД | 200 | 23,04 | 0,4 | 1,5 | 15,2 | 76 |
| Итого | | | | 149,28 | 38,2 | 60,7 | 114,8 | 1126 |
| Всего | | | | 306,04 | 61,6 | 92,1 | 178,1 | 1761 |

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.