

Согласовано

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

МЕНЮ

26 сентября 2022 г.

ОВЗ 12-18 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	24,72	8,8	17,4	35,2	322
2008		БАТОН МОСКОВСКИЙ	55	7,98				
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	12,75	0,1	12,4	0,1	112
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	22,34	6,8	8,6		106
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,20	0,2		18,6	74
1983	912	БАНАН	300	85,50	3,2	1,1	44,1	202
Итого				155,49	19,1	39,5	98	816
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	21,27	6,2	9,4	6,8	132
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	15,51	4,8	7,8	48,1	275
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	125	45,94	13,3	31,8	5,7	348
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	60	11,82	0,3	3	1,1	33
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,41	0,1		16,3	64
Итого				108,10	26,6	52,3	89,6	907
Всего				263,59	45,7	91,8	187,6	1723

Зав. производством

Исматулаева Е.М.



Согласовано

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

МЕНЮ

26 сентября 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 РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14,06	4,3	7	43,3	248
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	36,74	10,7	25,3	4,5	278
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	60	11,78	0,3	3	1,1	33
2020	54-60	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	9,50	4	3	0,2	49
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	23,05	7	8,9		109
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	4,1	0,3	26,1	122
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,41	0,1		16,3	64
Итого				108,69	32,4	47,8	103,1	958
Всего				108,69	32,4	47,8	103,1	958

Зав. производством _____

Исматулаева Е.М.

Согласовано

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

МЕНЮ

26 сентября 2022 г.

ОВЗ 12-18 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								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	24,72	8,8	17,4	35,2	322
2008		БАТОН МОСКОВСКИЙ	55	7,98				
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	12,75	0,1	12,4	0,1	112
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	22,34	6,8	8,6		106
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,20	0,2		18,6	74
1983	912	БАНАН	300	85,50	3,2	1,1	44,1	202
Итого				155,49	19,1	39,5	98	816
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	21,27	6,2	9,4	6,8	132
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	15,51	4,8	7,8	48,1	275
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	125	45,94	13,3	31,8	5,7	348
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	60	11,82	0,3	3	1,1	33
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,41	0,1		16,3	64
Итого				108,10	26,6	52,3	89,6	907
Всего				263,59	45,7	91,8	187,6	1723

Зав. производством



Исмагулаева Е.М.