

Согласовано

директор
МКОУ СОШ с. Гастелло
Илющенко Г.А.

МЕНЮ

29 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								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ	200/5	83,34	28,9	31,2	20,8	490
2008		БАТОН МОСКОВСКИЙ	40	5,80				
2008	433	КАКАО	200	29,66	6,4	5,7	52	54
Итого				118,80	35,3	36,9	72,8	544
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	250	36,66	9,6	9,9	33,5	254
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	13,99	6,4	9	27,9	212
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	125	98,32	35,3	14,8	4	277
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	13,75	1,9	8,1	7,6	111
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	2,9	0,2	18,2	85
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,40	2,5	0,4	15,5	73
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,41	0,1		16,3	64
Итого				177,13	58,7	42,4	123	1076
Всего				295,93	94	79,3	195,8	1620

Зав. производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

29 сентября 2022 г.

12-18 лет ТЖС

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2020	54-4г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	19,72	10	12,4	42,8	314
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	120	98,35	35,3	14,8	4	277
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	13,75	1,9	8,1	7,6	111
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	2,9	0,2	18,2	85
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,40	0,1		16,3	64
Итого				145,37	52,1	35,8	100,5	906
Всего				145,37	52,1	35,8	100,5	906

Зав. производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано

директор
МКОУ СОШ с. Гастелло
Илющенко Г.А.

МЕНЮ

29 сентября 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								
2020	54-4г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	16,45	8,3	10,5	35,7	261
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	47,70	16,6	8,6	3,5	151
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	10,31	1,5	6,1	5,7	84
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	2,9	0,2	18,2	85
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,41	0,1		16,3	64
Итого				88,02	31,3	25,7	91	700
Завтрак 2								
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	0,00	15,6	35,9	17,4	437
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	0,00	2,8	11,7	3,7	131
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	0,00	2,2	0,3	13,5	64
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,1		16,3	64
Итого				0,00	20,7	47,9	50,9	696
Всего				88,02	52	73,6	141,9	1396

Зав.производством _____

Исматулаева Е.А.