

Согласовано

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

МЕНЮ

5 октября 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								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ	180	52,44	16,5	23,8	6,1	314
1980		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ	80	18,46				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	23,00	7	8,9		109
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	2,5	0,2	16	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	1,91	0,1		7,1	29
Итого				101,96	28	33,2	40,8	582
Всего				101,96	28	33,2	40,8	582

Зав. производством

Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ
5 октября 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								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	150	79,84	27,5	16,7	49,4	451
		СДОБА С ИЗЮМОМ	60	16,02				
2008	430	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	185/15/3	3,18	0,3		15,4	64
		ГРУША	250	87,79	1	0,8	23,5	106
Итого				186,83	28,8	17,5	88,3	621
Обед								
2020	54-6с	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЁЦКАМИ(свинина)	250	29,70	9,4	17,4	13,7	243
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	12,36	6,4	7,2	39,3	241
		ПОДЖАРКА С МЯСОМ	90	63,96	19,5	53,5	5,8	559
1980		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ	80	18,46				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	2,5	0,2	16	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	5,26	0,5		14,6	60
Итого				135,89	40,2	78,6	101	1233
Всего				322,72	69	96,1	189,3	1854

Зав.производством

Исматулаева Е.А.

Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

5 октября 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								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ	150	43,86	13,8	19,8	5,1	262
1980		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ	80	18,46				73
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	15,34	4,6	5,9		75
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	2,5	0,2	16	55
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	29
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	1,91	0,1		7,1	29
Итого				85,72	22,9	26,2	39,8	494
Всего				85,72	22,9	26,2	39,8	494

Зав. производством

Исматулаева Е.А.