

Согласовано

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

МЕНЮ

21 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								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	280	61,85	23,6	28,5	24	432
2020	54	ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	80	8,63	0,7	0,1	1,9	11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	2,5	0,2	16	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	18,93	1	0,2	20,2	92
2008		ЯБЛОКО	250	48,56	0,9	0,9	21,6	103
Итого				144,12	30,6	30,2	95,3	768
Всего				144,12	30,6	30,2	95,3	768

Зав.производством



Исмагулаева Е.А.

Согласовано



директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

21 октября 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								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	44,20	16,8	20,4	17,2	308
2020	54	ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	80	8,63	0,7	0,1	1,9	11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	2,5	0,2	16	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	18,93	1	0,2	20,2	92
2008		ЯБЛОКО	250	48,56	0,9	0,9	21,6	103
Итого				126,47	23,8	22,1	88,5	644
Завтрак 2								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	0,00	4,3	7	43,3	248
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	0,00	10,7	25,3	4,5	278
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	0,00	0,6	5	1,7	54
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	0,00	4	3	0,2	49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,1		16,3	64
Итого				0,00	21,6	40,6	77,6	748
Всего				126,47	45,4	62,7	166,1	1392

Зав. производством

Исматулаева Е.А.

Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

21 октября 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								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ	204/5	78,34	28,2	28	19,4	454
2008		БАТОН МОСКОВСКИЙ	40	5,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	23,09	7	8,9		109
2008	410	КИСЕЛЬ	200	6,80			26,5	105
2008		ЯБЛОКО	300	66,25	1,2	1,2	29,4	141
Итого				180,28	36,4	38,1	75,3	809
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (курица)	250	20,87	7,1	6,9	17,1	155
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	216	48,30	18,7	22,4	19	339
2020	54	ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	80	8,65	0,7	0,1	1,9	11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	18,94	1	0,2	20,2	92
Итого				102,91	29,4	29,9	69,8	652
Всего				283,19	65,8	68	145,1	1461

Зав. производством



Исматулаева Е.А.