

Согласовано



директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./

МЕНЮ

27 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								
2020	54-4г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,90	8	2,1	34,7	185
2020	54-13р	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	14,39	20,4	13,1	3,1	202
2020	54-2соус	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	25	1,17		1	0,3	10
2020	54-7з	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	8,35	2,7	5,9	9,6	102
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,79	2,5	0,2	16	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,68	2	0,3	12,2	58
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,83	0,1		15	59
Итого				46,11	35,7	22,6	90,9	691
Завтрак 2								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ	150	43,41	13,7	19,7	5	260
1980		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ	80	18,40				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	15,36	4,6	5,9		73
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	2,09	0,1		7,1	29
Итого				85,41	20,3	25,9	23,7	417
Всего				131,52	56	48,5	114,6	1108

Зав. производством

Исматулаева Е.А.

Согласовано



директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

27 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								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ	200/5	78,33	28,2	28	19,4	454
2008		БАТОН МОСКОВСКИЙ	40	5,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	22,34	6,8	8,6		106
2020	54-21ги	КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,37	3,9	3,6	11,2	90
		ГРУША	225	78,95	0,9	0,7	21,1	95
Итого				198,79	39,8	40,9	51,7	745
Обед								
2008	95	СУП ХАРЧО	250	23,20	7,6	9,1	20,9	190
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,54	6,4	6,4	27,8	189
2020	54-13р	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	23,15	28,1	19,5	4,6	296
2020	54-2соус	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	25	1,40	0,1	1	0,6	12
2020	54-7з	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	9,94	3,1	8,2	10,5	127
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,03	0,1		16,3	64
Итого				83,41	47,3	44,5	92,3	933
Всего				282,20	87,1	85,4	144	1678

Зав. производством

Исматулаева Е.А.

Согласовано



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

МЕНЮ

27 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								
2020	54-4г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,74	9,8	2,5	42,6	227
2020	54-13р	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	26,80	35,8	22,9	8,6	369
2020	54-2соус	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	25	12,87	0,2	11,4	1	103
2020	54-7з	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	11,09	3,1	9	10,9	137
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	2,5	0,2	16	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,43	0,1		16,3	64
Итого				75,08	53,4	46,3	107	1030
Всего				75,08	53,4	46,3	107	1030

Зав.производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.