

Согласовано

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

МЕНЮ

24 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	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,47	3,5	5,7	36,1	206
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	80	20,02	5,7	13,4	3,5	152
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	14,65	0,4	5	0,9	50
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	7,71	0,1		16,9	66
Итого				60,00	15,7	24,7	95,1	651
Завтрак 2								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	0,00	16,8	20,4	17,2	308
2020	54	ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	80	0,00	0,7	0,1	1,9	11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
1980	1047	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,00	0,7	0,3	22,5	105
2008		ЯБЛОКО	250	0,00	0,9	0,9	21,6	103
Итого				0,00	21	22	74,8	582
Всего				60,00	36,7	46,7	169,9	1233

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.

Согласовано



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

МЕНЮ

24 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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	20,49	8,8	13,5	35,2	289
2008		БАТОН МОСКОВСКИЙ	40	5,80				
2008	213	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	80	19,00	8,1	6	0,5	98
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	23,09	7	8,9		110
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,43	0,2		18,6	74
2008		ЯБЛОКО	500	97,13	1,8	1,8	43,1	207
Итого				176,44	26	38,5	97,5	853
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (курица)	250	23,73	6,8	11,6	9,5	165
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	15,30	4,8	7,8	48,1	275
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	26,51	6,9	17,3	6,2	201
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	19,44	0,6	5	1,7	54
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	7,65	0,1		16,3	64
Итого				98,78	21,1	42	93,4	814
Всего				275,22	47,1	80,5	190,9	1667

Зав.производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.

Согласовано



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

МЕНЮ

24 октября 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								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	13,50	3,5	7,6	36,1	222
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	90	26,28	6,9	17,3	6,2	201
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	19,45	0,6	5	1,7	54
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	7,65	0,1		16,3	64
Итого				73,03	17,1	30,5	98	718
Всего				73,03	17,1	30,5	98	718

Зав. производством

Исматулаева Е.А.