

Согласовано

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

МЕНЮ

16 ноября 2022 г.

12-18 лет ТЖС

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	41,22	11,1	21	6,2	261
1980		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ	80	18,40				
2008	14	СЫР В НАРЕЗКЕ	30	23,05	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	2,07	0,1		7,1	29
2008		ЯБЛОКО	180	38,85	0,7	0,7	17,2	83
Итого				129,74	23,3	31,1	58,1	612
Всего				129,74	23,3	31,1	58,1	612

Зав. производством

Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

16 ноября 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	180	29,61	8,3	14,6	4,7	185
1980		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ	80	18,40				
2008	14	СЫР В НАРЕЗКЕ	20	14,89	4,5	5,7		71
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	2,10	0,1		7,1	29
Итого				71,15	17,3	20,8	39,4	415
Завтрак 2								
2020	54-4г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	0,00	9,8	8,9	42,7	283
2020	54-13р	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	90	0,00	24,7	16,8	7,1	267
2020	54-2соус	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	25	0,00	0,3	1	1,4	15
2020	54-7з	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	0,00	1,9	8,1	7,6	111
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,1		16,3	64
2008		ЯБЛОКО	250	0,00	0,9	0,9	21,6	103
Итого				0,00	39,6	36	108,3	898
Всего				71,15	56,9	56,8	147,7	1313

Зав. производством



Исмагулаева Е.А.

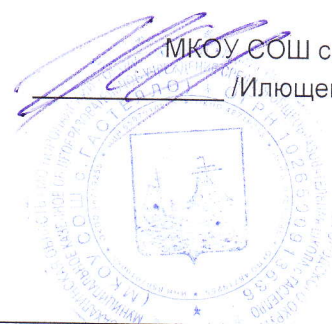
Согласовано

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

МЕНЮ

16 ноября 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	79,96	27,5	16,7	49,4	451
		СДОБА С ИЗЮМОМ	60	16,02				
2008	430	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	185/15/3	3,50	0,3		15,4	64
		ГРУША	250	87,80	1	0,8	23,5	106
Итого				187,28	28,8	17,5	88,3	621
Обед								
2020	54-6с	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЁЦКАМИ(свинина)	250	29,72	9,4	17,4	13,7	243
2020	54-1г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	10,76	5,3	6	32,9	201
1980	599	ПОДЖАРКА С МЯСОМ	65	35,79	10,9	29,7	3,2	311
1980		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ	80	18,40				
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	5,67	0,5		14,6	60
Итого				106,49	28	53,4	76	870
Всего				293,77	56,8	70,9	164,3	1491

Зав.производством

Исмагулаева Е.А.