

Согласовано

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

МЕНЮ

5 декабря 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								
2020	54-6г	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,46	3,5	5,8	36,1	206
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	75	33,06	9,7	24,5	2,5	259
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	19,59	0,6	5	1,7	54
2020	54-6о	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	9,50	4	3	0,2	49
1980	001	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	4,1	0,3	26,1	122
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,96	0,1		16,3	64
Итого				87,72	23,9	38,9	94,5	809
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				87,72	44,9	60,9	169,3	1391

Зав. производством



Исмагулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

5 декабря 2022 г.

ОВЗ 12-18 лет

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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	20,65	8,8	13,5	35,2	289
2008		БАТОН МОСКОВСКИЙ	40	5,80				
2020	54-6о	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	9,50	4	3	0,2	49
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	32,77	9,9	12,6		155
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,60	0,2		18,6	74
2008		ЯБЛОКО	250	57,30	1	1	25,4	122
Итого				137,12	24	38,4	79,5	764
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (курица)	250	31,09	7,3	15,2	10,3	202
2020	54-7г	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	15,11	4,6	7,8	46,1	266
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	120	53,49	15,7	38,4	6,3	416
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	24,32	0,6	5	1,7	54
1980	001	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	4,1	0,3	26,1	122
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,72	0,1		16,3	64
Итого				137,88	34,3	67	118,4	1179
Всего				275,00	58,3	105,4	197,9	1943

Зав.производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

5 декабря 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	54-7г	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	13,57	4,1	7	41,6	240
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	120	57,69	17,1	41,8	5,6	447
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	19,70	0,6	5	1,7	54
2020	54-6о	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	9,50	4	3	0,2	49
1980	001	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	4,1	0,3	26,1	122
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,95	0,1		16,3	64
Итого				114,56	31,9	57,4	103,1	1031
Всего				114,56	31,9	57,4	103,1	1031

Зав. производством



Исмагулаева Е.А.