

Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

**МЕНЮ**

19 декабря 2022 г.

12-18 лет(КМНС,1 род.,дети из семьи многодет.)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2020	54-6г	РИС ОТВАРНОЙ	200	15,34	4,8	7,8	48,1	275
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	120	53,20	15,5	38,4	5,6	412
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	7,97	0,1		16,3	64
<b>Итого</b>				<b>111,75</b>	<b>31</b>	<b>54,8</b>	<b>109,6</b>	<b>1031</b>
<b>Всего</b>				<b>111,75</b>	<b>31</b>	<b>54,8</b>	<b>109,6</b>	<b>1031</b>

Зав.производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано

Директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./

## МЕНЮ

19 декабря 2022 г.

12-18 лет Ученики (обед плат.)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Обед</b>								
2020	54-1с	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ(курица)	250	20,44	6,4	9,1	9,3	141
2020	54-6г	РИС ОТВАРНОЙ	200	15,71	4,9	8,5	48,4	283
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	120	53,88	15,6	39,2	6,1	422
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	15,76	0,4	4	1,4	44
2008		ХЛЕБ	70	6,15	1,9	0,3	11,6	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,62			13,7	54
Итого				119,56	29,2	61,1	90,5	999
Всего				119,56	29,2	61,1	90,5	999

зав. производством



Исмагулаева Е.А.



Согласовано

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

# МЕНЮ

19 декабря 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2020	54-6г	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,47	3,5	5,8	36,1	206
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	80	35,51	10,5	25,6	3,5	275
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	15,67	0,4	4	1,3	43
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				86,25	24,5	39	95,1	814
<b>Завтрак 2</b>								
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				86,25	45,5	61	169,9	1396

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.