

Согласовано

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

# МЕНЮ

22 декабря 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2020	54-4г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	13,37	8,2	7,5	35,6	235
2020	54-13р	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	19,11	22	14,8	6,4	238
2020	54-7з	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	15,14	3,1	8,2	10,8	129
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
2008		ЯБЛОКО	200	38,85	0,7	0,7	17,2	83
Итого				100,57	40,1	31,8	124	926
<b>Завтрак 2</b>								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ	150	0,00	13,7	19,7	5	260
1980		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ	80	0,00				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	0,00	4,6	5,9		73
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,00	0,1		7,1	29
Итого				0,00	20,3	25,9	23,7	417
Всего				100,57	60,4	57,7	147,7	1343

Зав. производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

## МЕНЮ

22 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	54-4г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	16,10	9,8	8,9	42,7	283
2020	54-13р	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	19,27	22	14,8	6,4	238
2020	54-7з	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	15,16	3,1	8,2	10,8	129
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
2008		ЯБЛОКО	200	44,15	0,8	0,8	19,6	94
Итого				108,80	41,8	33,3	133,5	985
Всего				108,80	41,8	33,3	133,5	985

Зав.производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

# МЕНЮ

22 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	
<b>Завтрак</b>								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ	200/5	78,65	28,2	28	19,4	454
1980	001	БАТОН МОСКОВСКИЙ	40	5,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	23,09	7	8,9		109
2020	54-21ги	КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,34	3,9	3,6	11,2	90
		ГРУША	300	105,16	1,1	0,8	28,1	127
<b>Итого</b>				<b>226,04</b>	<b>40,2</b>	<b>41,3</b>	<b>58,7</b>	<b>780</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ХАРЧО	250	23,84	7,4	9,1	19,5	184
2020	54-4г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	15,96	9,8	8,9	42,7	283
2020	54-13р	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	90	31,62	30,8	21	8,2	337
2020	54-2соус	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	25	1,00	0,1	1	0,9	13
2020	54-7з	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	14,86	3,1	8,2	10,8	129
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	7,70	0,1		16,3	64
<b>Итого</b>				<b>101,13</b>	<b>57,3</b>	<b>48,8</b>	<b>136,1</b>	<b>1187</b>
<b>Всего</b>				<b>327,17</b>	<b>97,5</b>	<b>90,1</b>	<b>194,8</b>	<b>1967</b>

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.



Согласовано



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

# МЕНЮ

22 декабря 2022 г.

12-18 лет Ученики (обед плат.)

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>								
2020	54-9с	СУП ХАРЧО	250	23,45	7,3	9	18,7	180
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,15	6,6	5,6	28,3	185
2020	54-13р	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	90	18,45	1,3	7,2	9,2	104
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	25	2,46	0,3	2	1,7	25
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	14,73	1,9	8,1	7,8	112
2008		ХЛЕБ	70	6,15	1,9	0,3	11,6	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,62			13,7	54
<b>Итого</b>				<b>83,01</b>	<b>19,3</b>	<b>32,2</b>	<b>91</b>	<b>715</b>
<b>Всего</b>				<b>83,01</b>	<b>19,3</b>	<b>32,2</b>	<b>91</b>	<b>715</b>

зав. производством

Исматулаева Е.А.