

Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

23 января 2023 г.

ОВЗ 12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2020	54-9к	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	20,51	8,8	13,5	35,2	289
1980	001	БАТОН МОСКОВСКИЙ	40	5,80	4,8	0,4	30,4	142
2020	54-19з	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2020	54-1з	СЫР В НАРЕЗКЕ	30	23,09	7	8,9		109
2020	54-2ги	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,32	0,2		6,8	27
2008		ЯБЛОКО	300	66,24	1,2	1,2	29,4	141
Итого				125,46	22,1	32,3	101,9	783
Обед								
2020	54-1с	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (курица)	250	24,48	6,9	11,6	9,5	165
2020	54-6г	РИС ОТВАРНОЙ	200	15,13	4,8	7,8	48,1	275
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	120	55,24	15,5	38,4	5,6	412
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	19,62	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	7,73	0,1		16,3	64
Итого				128,35	33,9	63,4	118,9	1147
Всего				253,81	56	95,7	220,8	1930

Зав. производством

Исматулаева Е.А.



Согласовано

Директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

23 января 2023 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	
Обед								
2020	54-1с	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ(курица)	250	27,48	7,1	11,7	10,3	170
2020	54-6г	РИС ОТВАРНОЙ	200	15,82	4,9	8,5	49	285
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	120	53,62	15,7	38,9	4,9	415
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	15,59	0,5	4	1,4	44
2008		ХЛЕБ	70	6,15	1,9	0,3	11,6	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,82			15,1	60
Итого				126,48	30,1	63,4	92,3	1029
Всёго				126,48	30,1	63,4	92,3	1029

зав. производством

Исматулаева Е.А.



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

МЕНЮ

23 января 2023 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2020	54-6г	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,38	3,5	5,8	36,1	206
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	80	39,06	11,2	27,3	3,5	293
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	15,70	0,4	4	1,3	43
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				80,01	21,2	37,7	94,9	783
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				80,01	42,2	59,7	169,7	1365

Зав. производством

Исматулаева Е.А.



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

МЕНЮ

23 января 2023 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	
Завтрак								
2020	54-6г	РИС ОТВАРНОЙ	200	15,24	4,8	7,8	48,1	275
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	120	55,04	15,5	38,4	5,6	412
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	19,63	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				103,78	27	51,8	109,4	982
Всего				103,78	27	51,8	109,4	982

Зав.производством _____

Исмагулаева Е.А.