

Согласовано

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

## МЕНЮ

30 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	
<b>Завтрак</b>								
2020	54-13к	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	26,07	10,1	13,1	40,6	312
2020	54-19з	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
1980	001	БАТОН МОСКОВСКИЙ	40	5,80				
2020	54-1з	СЫР В НАРЕЗКЕ	30	23,09	7	8,9		109
2004	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	6,22	0,5		14,6	60
2016	393	АПЕЛЬСИН	275	81,83	1,7	0,4	15,6	83
1983	912	БАНАН	275	78,38	2,9	1	40,4	185
<b>Итого</b>				<b>229,89</b>	<b>22,3</b>	<b>31,7</b>	<b>111,3</b>	<b>824</b>
<b>Обед</b>								
1980	208	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (курица)	250	26,11	6,7	11,8	15	187
2020	54-6г	РИС ОТВАРНОЙ	200	15,15	4,8	7,8	48,1	275
2020	54-2р	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	109	35,13	32,4	16	1,9	271
1980	50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	14,87	1,5	7,1	6,2	95
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
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,42	0,2		14,1	56
<b>Итого</b>				<b>99,83</b>	<b>51,6</b>	<b>43,3</b>	<b>123</b>	<b>1061</b>
<b>Всего</b>				<b>329,72</b>	<b>73,9</b>	<b>75</b>	<b>234,3</b>	<b>1885</b>

Зав.производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

## МЕНЮ

30 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	
<b>Завтрак</b>								
2020	54-6г	РИС ОТВАРНОЙ	200	15,26	4,8	7,8	48,1	275
2020	54-2р	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	31,25	31,1	15	1,8	255
1980	50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	14,87	1,5	7,1	6,2	95
1980	001	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	4,1	0,3	26,1	122
	001	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,41	0,2		14,1	56
<b>Итого</b>				<b>69,94</b>	<b>43,6</b>	<b>30,5</b>	<b>107,9</b>	<b>858</b>
<b>Всего</b>				<b>69,94</b>	<b>43,6</b>	<b>30,5</b>	<b>107,9</b>	<b>858</b>

Зав.производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано



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

# МЕНЮ

30 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	
<b>Обед</b>								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (курица)	215/25/10	33,23	7,4	15	17,4	228
2020	54-6г	РИС ОТВАРНОЙ	200	15,91	4,9	8,5	49	285
2020	54-2р	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	30,86	1,4	3,7	0,1	39
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	15,16	1,5	7,1	6,2	95
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	24,82	7,3	9,2		114
2008		ХЛЕБ	70	6,15	1,9	0,3	11,6	55
		ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,13	0,2		15,5	62
<b>Итого</b>				<b>128,26</b>	<b>24,6</b>	<b>43,8</b>	<b>99,8</b>	<b>878</b>
<b>Всего</b>				<b>128,26</b>	<b>24,6</b>	<b>43,8</b>	<b>99,8</b>	<b>878</b>

зав.производством

Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

# МЕНЮ

30 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	
<b>Завтрак</b>								
2020	54-6г	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,41	3,5	5,8	36,1	206
2020	54-2р	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	25,24	25	12	1,5	205
1980	50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	14,87	1,5	7,1	6,2	95
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
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,41	0,2		14,1	56
<b>Итого</b>				<b>60,08</b>	<b>36,2</b>	<b>25,5</b>	<b>95,6</b>	<b>739</b>
<b>Всего</b>				<b>60,08</b>	<b>36,2</b>	<b>25,5</b>	<b>95,6</b>	<b>739</b>

Зав.производством



Исматулаева Е.А.