

Согласовано

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

МЕНЮ

6 марта 2023 г.

12-18 лет Ученики (обед плат.)

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Обед								
2020	54-1с	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ(курица)	250/25/10	30,66	9,6	14,4	10,3	202
1980	747	РИС ОТВАРНОЙ	180	12,15	4,2	5,8	42,3	233
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	120	53,49	17,6	42,8	3,1	448
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	15,52	0,5	4	1,4	44
2008	1	ХЛЕБ	70	6,15	1,9	0,3	11,6	55
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,16			18,2	72
Итого				123,13	33,8	67,3	86,9	1054
Всего				123,13	33,8	67,3	86,9	1054

зав.производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

6 марта 2023 г.

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

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
1980	747	РИС ОТВАРНОЙ	180	11,04	4,3	4,5	43,2	226
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	120	60,45	18,9	46,9	1,7	482
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	26,48	0,7	3,1	1,8	38
1980	453	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	11,90	4,2	3,8	0,2	49
1980	001	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	4,1	0,3	26,1	122
1980	001	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	2,3	0,2	15,1	71
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,19		18,2	71,8	
Итого				121,21	34,5	77	159,9	988
Всего				121,21	34,5	77	159,9	988

повар



Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

6 марта 2023 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ 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	11,87	3,6	6,1	36,2	210
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	80	38,81	11	27,1	3,6	290
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	20,46	0,7	3,2	1,7	39
1980	453	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	11,90	4,2	3,8	0,2	49
1980	001	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	3,1	0,3	20,1	95
1980	001	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,19			19,6	77
Итого				94,38	24,5	40,8	93	815
Всего				94,38	24,5	40,8	93	815

зав. производством

Исматулаева Е.А.

Согласовано



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

МЕНЮ

6 марта 2023 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								
2020	54-9к	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200/5	23,19	9,6	12,9	36,9	294
1980	453	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	11,91	4,2	3,8	0,2	49
1980	001	БАТОН МОСКОВСКИЙ	50	7,25	4	0,5	24,6	119
2020	54-1з	СЫР В НАРЕЗКЕ	30	23,46	7,1	9,1		113
1980	41	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	15	12,75	0,1	12,4	0,1	112
2020	54-2ги	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,59	0,2		6,8	27
1983	912	ЯБЛОКО	300	58,28	1,1	1,1	25,9	124
Итого				138,43	26,3	39,8	94,5	838
Обед								
2020	54-1с	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (курица)	250/25	36,43	10,8	15,4	17,7	245
1980	747	РИС ОТВАРНОЙ	180	13,90	4,8	6,5	48,1	264
2020	54-2м	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	110	53,84	16,8	42,1	2	435
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	20,98	0,8	3,5	1,8	42
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	5,19		18,2	71,8	
Итого				136,49	39,2	86,3	179,1	1163
Всего				274,92	65,5	126,1	273,6	2001

зав.производством

Исматулаева Е.А.