

Согласовано



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

МЕНЮ

14 марта 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 | | | | | | | | |
| 1980 | 631 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 200 | 58,88 | 16,7 | 38,7 | 16,7 | 464 |
| 2008 | 48 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 80 | 12,29 | 2,2 | 13,7 | 5,1 | 152 |
| 2020 | 54-60 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 11,90 | 4 | 3 | 0,2 | 49 |
| 1980 | 001 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,60 | 3,1 | 0,3 | 20,1 | 95 |
| 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 | 72 |
| Итого | | | | 94,41 | 28,3 | 55,9 | 75,4 | 903 |
| Всего | | | | 94,41 | 28,3 | 55,9 | 75,4 | 903 |

зав.производством

Исматулаева Е.А.

Согласовано



МЕНЮ

14 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 | 631 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 250 | 82,63 | 21,7 | 105,3 | 21 | 1074 |
| 2008 | 48 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 100 | 15,35 | 2,7 | 17,1 | 6,3 | 189 |
| 2020 | 54-60 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 11,90 | 4 | 3 | 0,2 | 49 |
| 1980 | 001 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,60 | 4,1 | 0,3 | 26,1 | 122 |
| 1980 | 001 | 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 | | | | 121,22 | 34,4 | 144,2 | 137 | 1489 |
| Всего | | | | 121,22 | 34,4 | 144,2 | 137 | 1489 |

зав.производством

Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ
13 марта 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 | | | | | | | | |
| 1980 | 208 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(курица) | 250/25/10 | 31,88 | 9,5 | 13,8 | 16,1 | 219 |
| 1980 | 747 | РИС ОТВАРНОЙ | 180 | 10,84 | 4,3 | 4,5 | 43,4 | 227 |
| 2020 | 54-2р | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 90 | 31,96 | 1 | 2,9 | 0,1 | 29 |
| 1980 | 50 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 80 | 15,16 | 1,5 | 7,1 | 6,2 | 95 |
| 1980 | 001 | ХЛЕБ | 70 | 6,15 | 1,9 | 0,3 | 11,6 | 55 |
| 1980 | 42 | СЫР В НАРЕЗКЕ | 30 | 23,27 | 7,1 | 9,1 | | 113 |
| | | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 1,96 | 0,2 | | 14,1 | 56 |
| Итого | | | | 121,22 | 25,5 | 37,7 | 91,5 | 794 |
| Всего | | | | 121,22 | 25,5 | 37,7 | 91,5 | 794 |

зав.производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

14 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 | | | | | | | | |
| 1980 | 44 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 200/15 | 15,00 | 9,4 | 12,8 | 21,8 | 234 |
| 1980 | 001 | БАТОН МОСКОВСКИЙ | 50 | 7,25 | 4 | 0,5 | 24,6 | 119 |
| 1980 | 41 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 8,50 | 0,1 | 9,5 | 0,1 | 86 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,42 | 0,2 | | 14,1 | 56 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 300 | 119,27 | 2,2 | 2,2 | 53 | 254 |
| Итого | | | | 153,72 | 15,9 | 25 | 113,6 | 749 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2020 | 54-8с | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ(курица) | 250/25 | 24,29 | 12,3 | 12 | 17,6 | 219 |
| 1980 | 631 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 220 | 65,68 | 19,1 | 92,7 | 18,5 | 946 |
| 1980 | 453 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 11,91 | 4,2 | 3,8 | 0,2 | 49 |
| 2008 | 48 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 80 | 7,99 | 0,9 | 12,1 | 4,9 | 131 |
| 1980 | 001 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,60 | 4,1 | 0,3 | 26,1 | 122 |
| 1980 | 001 | 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 | | | | 121,21 | 42,5 | 139,4 | 150,7 | 1522 |
| Всего | | | | 274,93 | 58,4 | 164,4 | 264,3 | 2271 |

зав.производством



Исмагулаева Е.А.

Согласовано



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

МЕНЮ

14 марта 2023 г.

12-18 лет Ученики (обед плат.)

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|------------------------------------|--------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Обед | | | | | | | | |
| 2020 | 54-8с | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ(курица) | 250/25 | 32,10 | 12,5 | 19,8 | 17,7 | 288 |
| 1980 | 631 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 220 | 57,52 | 14,2 | 40 | 18,2 | 470 |
| 2008 | 48 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 80 | 17,67 | 3,8 | 15,6 | 5,3 | 177 |
| 2008 | 001 | ХЛЕБ | 70 | 6,15 | 1,9 | 0,3 | 11,6 | 55 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 7,78 | | | 13,7 | 54 |
| Итого | | | | 121,22 | 32,4 | 75,7 | 66,5 | 1044 |
| Всего | | | | 121,22 | 32,4 | 75,7 | 66,5 | 1044 |

зав.производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.