

Согласовано

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

МЕНЮ

15 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 | | | | | | | | |
| 2004 | 340 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЁННЫЙ | 200/5 | 59,20 | 18,5 | 29,1 | 7 | 348 |
| 2020 | 54-3с-2020 | ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ | 100 | 45,51 | 1,1 | 0,3 | 3,8 | 21 |
| 1980 | 001 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,55 | 1,9 | 0,3 | 11,6 | 55 |
| 1980 | 001 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,60 | 4,1 | 0,3 | 26,1 | 122 |
| 2004 | 686 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 185/15/7 | 2,25 | 0,1 | | 7,1 | 29 |
| Итого | | | | 121,20 | 26 | 30,1 | 59,8 | 594 |
| Всего | | | | 121,20 | 26 | 30,1 | 59,8 | 594 |

зав. производством

Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

15 марта 2023 г.

12-18 лет Ученики (обед плат.)

| Сбор- ник рецеп- тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал |
|-------------------------------|---------------------|---|----------|---------------|-------------------|-------------|------------------|--|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | |
| Обед | | | | | | | | |
| 2020 | 54-6с | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЁЦКАМИ(свинина) | 250 | 25,09 | 7,1 | 15 | 13,4 | 210 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 12,12 | 6,6 | 6,6 | 40,2 | 241 |
| 1980 | | ПОДЖАРКА С МЯСОМ | 100 | 50,82 | 14,9 | 43,7 | 5,6 | 457 |
| 2020 | | ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ | 80 | 23,14 | | | | |
| 2008 | 001 | ХЛЕБ | 70 | 6,15 | 1,9 | 0,3 | 11,6 | 55 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 185/15/7 | 3,88 | 0,3 | | 14,3 | 58 |
| Итого | | | | 121,20 | 30,8 | 65,6 | 85,1 | 1021 |
| Всего | | | | 121,20 | 30,8 | 65,6 | 85,1 | 1021 |

зав.производством

Исматулаева Е.А.

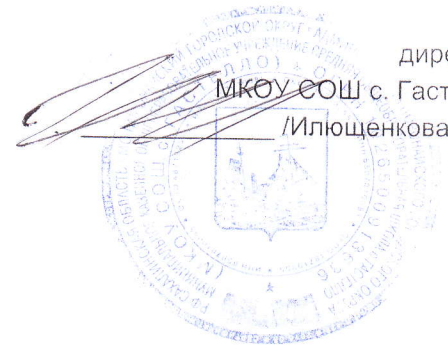
Согласовано

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

МЕНЮ

15 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 219 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ | 150/30 | 92,20 | 31,5 | 18,7 | 47,2 | 475 |
| 1980 | 001 | СДОБА С ИЗЮМОМ | 90 | 24,03 | | | | |
| 2020 | 54-2ги | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 1,59 | 0,2 | | 6,8 | 27 |
| 2004 | 912 | ГРУША | 200 | 33,16 | 0,4 | 0,3 | 8,8 | 40 |
| Итого | | | | 150,98 | 32,1 | 19 | 62,8 | 542 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2020 | 54-6с | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЁЦКАМИ(свинина) | 250 | 31,40 | 9,2 | 17 | 13,9 | 240 |
| 2020 | 54-1г | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 10,72 | 5,3 | 6 | 32,5 | 199 |
| 1980 | 599 | ПОДЖАРКА С МЯСОМ | 90 | 36,30 | 10,6 | 29,1 | 3,2 | 304 |
| 2020 | 54-3с-2020 | ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ | 100 | 34,16 | 0,9 | 0,2 | 3 | 17 |
| 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 |
| 2004 | 686 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 185/15/7 | 5,22 | 0,4 | | 14,5 | 60 |
| Итого | | | | 123,95 | 32,4 | 52,9 | 104,8 | 997 |
| Всего | | | | 274,93 | 64,5 | 71,9 | 167,6 | 1539 |

зав. производством

Исмагулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

15 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 | | | | | | | | |
| 1980 | 466 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 150/5 | 47,02 | 14,3 | 23,4 | 5,4 | 278 |
| 2020 | 54-3с-2020 | ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ | 100 | 36,67 | 0,9 | 0,2 | 3 | 17 |
| 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 |
| 2004 | 686 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 185/15/5 | 4,56 | 0,2 | | 14,3 | 58 |
| Итого | | | | 94,40 | 20,8 | 24,1 | 57,9 | 519 |
| Всего | | | | 94,40 | 20,8 | 24,1 | 57,9 | 519 |

зав.производством

Исмагулаева Е.А.