

Согласовано

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

МЕНЮ

3 апреля 2023 г.

12-18 лет

(КМНС, м/им., 1 род., дети из семьи многодет.)

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
1980	747	РИС ОТВАРНОЙ	180	11,04	4,3	4,5	43,2	226
1980	632	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	110	55,69	17,5	43,2	1,6	444
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	20,31	0,7	3,1	1,7	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	7,80	0,1		16,3	64
Итого				112,89	33,2	55,1	104,2	1014
Всего				112,89	33,2	55,1	104,2	1014

зав.производством

Исмагулаева Е.А.

Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенкова Г.А./

МЕНЮ

3 апреля 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
1980	632	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	49,34	15,5	36,2	1,9	379
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	20,30	0,7	3,1	1,7	38
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	7,80	0,1		16,3	64
Итого				106,87	29	49,5	87,9	886
Всего				106,87	29	49,5	87,9	886

зав. производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

3 апреля 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)	250/25/10	38,41	9,4	21,9	9,8	264
1980	747	РИС ОТВАРНОЙ	180	10,83	4,3	4,5	43,4	227
1980	632	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	110	53,40	17,5	43,1	2,3	447
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	15,68	0,4	4	1,4	44
1980	001	ХЛЕБ ПШЕНИЧ./РЖАНОЙ	70	6,15	1,9	0,3	11,6	55
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,16			18,2	72
Итого				129,63	33,5	73,8	86,7	1109
Всего				129,63	33,5	73,8	86,7	1109

зав.производством



Исмагулаева Е.А..

Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

3 апреля 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	200/5	18,97	8,9	10,3	35,7	264
1980	453	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	11,90	4,2	3,8	0,2	49
1980	001	БАТОН МОСКОВСКИЙ	50	7,25	4	0,5	24,6	119
1980	41	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
1980	42	СЫР В НАРЕЗКЕ	30	23,46	7,1	9,1		113
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				129,95	25,6	33,1	93,3	771
Обед								
2020	54-1с	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (курица)	250/25	31,43	9,2	14,1	9,5	195
1980	747	РИС ОТВАРНОЙ	180	11,05	4,3	4,5	43,2	226
1980	632	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	110	55,72	17,5	43,2	1,6	444
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	20,36	0,7	3,1	1,7	38
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	7,80	0,1		16,3	64
Итого				132,51	37,8	65,5	110	1144
Всего				262,46	63,4	98,6	203,3	1915

зав.производством



Исматулаева Е.А.