

Согласовано

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

МЕНЮ

17 апреля 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	411	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200/5	18,93	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	1,74	0,2		6,8	27
1983	912	ЯБЛОКО	250	48,56	0,9	0,9	21,6	103
Итого				120,34	25,4	32,9	89	750
Обед								
2020	54-1с	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (курица)	250/25	31,44	9,2	14,1	9,5	195
1980	747	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,05	4,3	4,5	43,2	226
1980	632	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	110	55,75	17,5	43,2	1,6	444
1980	56	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ 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	5,05			18,2	71,8
Итого				129,80	37,7	83,7	165,5	1080
Всего				250,14	63,1	116,6	254,5	1830

зав. производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

17 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	31,44	9,4	21,9	9,8	264
1980	747	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,05	4,3	4,5	43,4	227
1980	632	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	48,96	16,1	39,3	2,3	409
1980	56	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	15,61	0,4	4	1,4	44
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	5,04			18,2	72
Итого				125,05	32,2	70	87,8	1077
Всего				125,05	32,2	70	87,8	1077

зав. производством

Исмагулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

17 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			Энерге-тическая 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	100	50,62	15,8	39,3	1,5	404
1980	56	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	20,32	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	2,3	0,2	15,1	71
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,04		18,2	71,8	
Итого				93,17	27,2	65,6	159,4	861
Всего				93,17	27,2	65,6	159,4	861

зав. производством



Исматулаева Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

17 апреля 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	11,40	3,5	5,8	36,1	206
1980	632	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	49,35	15,5	36,2	1,9	379
1980	56	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	20,31	0,7	3,1	1,7	38
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	5,04			19,6	77
Итого				92,25	24,7	45,7	91	850
Всего				92,25	24,7	45,7	91	850

зав.производством

Исматулаева Е.А.