



Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенкова Г.А./

МЕНЮ

20 июня 2023 г.

7-18 лет(м/им.,дети СВО,род.плата)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2005	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200/5	67,98	21,3	20,7	6,8	315
2005	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/5/30	17,90	3,5	8,5		92
2005	377	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,87	0,3		14,3	58
		МОЛОКО	200	26,00	3	3,2	4,7	60
2016	393	АПЕЛЬСИН	250	60,00	1,5	0,4	12,9	68
Итого				175,75	29,6	32,8	38,7	593
Обед								
2005	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЁЦКАМИ(бедро куриное)	250/50	23,59	11,9	13,1	21,2	245
2005	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	11,55	6,6	5,5	40,4	232
2005	268	КОТЛЕТЫ (свинина)	100	28,77	11	28,5	6,4	314
2005	348	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	1,04	0,2	1,4	1,7	20
2005	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	9,98	0,9	6,1	6,1	84
2005	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,05	0,1		20,8	82
1980	001	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00	2,7	0,2	17,8	84
1980	001	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	3,00	2,5	0,3	15,9	77
		ВОДА	400	8,00				
Итого				97,98	35,9	55,1	130,3	1138
Всего				273,73	65,5	87,9	169	1731

Зав.производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.

2005	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200/5	67,98	21,3	20,7	6,8	315
2005	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/5/30	17,90	3,5	8,5		92
2005	377	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,87	0,3		14,3	58
		МОЛОКО	200	26,00	3	3,2	4,7	60
2016	393	АПЕЛЬСИН	250	60,00	1,5	0,4	12,9	68
Итого				175,75	29,6	32,8	38,7	593
Обед								
2005	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЁЦКАМИ(бедро куриное)	250/50	23,59	11,9	13,1	21,2	245
2005	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	11,55	6,6	5,5	40,4	232
2005	268	КОТЛЕТЫ (свинина)	100	28,77	11	28,5	6,4	314
2005	348	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	1,04	0,2	1,4	1,7	20
2005	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	9,98	0,9	6,1	6,1	84
2005	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,05	0,1		20,8	82
1980	001	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00	2,7	0,2	17,8	84
1980	001	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	3,00	2,5	0,3	15,9	77
		ВОДА	400	8,00				
Итого				97,98	35,9	55,1	130,3	1138
Всего				273,73	65,5	87,9	169	1731

Исмагулова Е.А.