



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

МЕНЮ

23 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								
			200	18,20	8,8	9,8	42,7	287
2005	173	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	50	19,89	3,5	9,7	0,1	103
2005	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	12,62	4	3	0,2	49
2005	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	185/15/7	3,87	0,3		14,3	58
2005	377	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	26,00	3	3,2	4,7	60
		МОЛОКО	200	41,00	2,9	3,2	4,7	59
		КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	49,00	2,1	0,7	29,4	134
1983	912	БАНАН						
				170,58	24,6	29,6	96,1	750
Итого								
Обед								
2005	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(бедро куриное)	250/0/50	26,67	10,8	14,9	14,9	231
2005	304	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14,03	4,3	6,6	43,3	244
2005	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	120	28,67	20,7	20,6	0,3	263
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,04	0,2	1,4	1,7	20
2005	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	9,98	0,9	6,1	6,1	84
1980	001	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,16	2,7	0,2	17,8	84
1980	001	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,40	2	0,3	12,7	61
1980	927	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	23,94	0,4	1,5	23,3	108
		ВОДА	400	8,25				
				119,14	42	51,6	120,1	1095
Итого								
Всего				289,72	66,6	81,2	216,2	1845

Зав.производством _____

Исмагулова Е.А.

Исмагулова Е.А.

2005	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(бедро куриное)	250/0/50	26,67	10,8	14,9	14,9	231
2005	304	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14,03	4,3	6,6	43,3	244
2005	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	120	28,67	20,7	20,6	0,3	263
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,04	0,2	1,4	1,7	20
2005	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	9,98	0,9	6,1	6,1	84
1980	001	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,16	2,7	0,2	17,8	84
1980	001	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,40	2	0,3	12,7	61
1980	927	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	23,94	0,4	1,5	23,3	108
		ВОДА	400	8,25				
				119,14	42	51,6	120,1	1095
Итого								
Всего				289,72	66,6	81,2	216,2	1845

Исмагулова Е.А.