

Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

**МЕНЮ**  
18 января 2024 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2012	267	РЫБА, ЗАПЕЧЁННАЯ С ОВОЩАМИ	200	66,10	12,3	16,4	22	280
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	92	19,63	0,7	4,1	3,6	54
ТТК	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,74	3,9	0,5	25,4	120
ТТК	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,34	2	0,3	12,3	59
ТТК	17	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	10,19	0,7	0,3	19,1	94
ТТК	11	БАНАН	100	40,72	1,5	0,5	21	96
<b>Итого</b>				<b>143,72</b>	<b>21,1</b>	<b>22,1</b>	<b>103,4</b>	<b>703</b>
<b>Всего</b>				<b>143,72</b>	<b>21,1</b>	<b>22,1</b>	<b>103,4</b>	<b>703</b>

Зав.производством

Исматулаева Е.А.

Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенкова Г.А./

# МЕНЮ

18 января 2024 г.

## ОВЗ 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2016	3-182	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ	250	20,75	6	10,3	38	275
1980	001	БАТОН МОСКОВСКИЙ	70	8,40	3,8	0,3	24,9	118
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	10,00	0,1	7,2	0,1	67
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	14,91	4,7	6,1		75
ТТК	7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10/15	9,40	0,4		10,7	47
ТТК	11	БАНАН	100	40,75	1,5	0,5	21	96
<b>Итого</b>				<b>104,21</b>	<b>16,5</b>	<b>24,4</b>	<b>94,7</b>	<b>678</b>
<b>Обед</b>								
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ (говядина)	250	30,73	5,4	6	23	169
2012	267	РЫБА, ЗАПЕЧЁННАЯ С ОВОЩАМИ	250	94,12	16,6	22,1	29,7	378
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	21,39	0,8	4,1	3,9	56
ТТК	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	4,6	0,6	29,6	140
ТТК	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,12	2,6	0,3	16,5	79
ТТК	17	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	10,19	0,7	0,3	19,1	94
<b>Итого</b>				<b>165,08</b>	<b>30,7</b>	<b>33,4</b>	<b>121,8</b>	<b>916</b>
<b>Всего</b>				<b>269,29</b>	<b>47,2</b>	<b>57,8</b>	<b>216,5</b>	<b>1594</b>

Зав.производством



Исмагулаева Е.А.

Согласовано

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

# МЕНЮ

18 января 2024 г.

12-18 лет(м/им.,дети из семьи многод.,1 род.,)

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2012	267	РЫБА, ЗАПЕЧЁННАЯ С ОВОЩАМИ	250	81,23	43,4	23,5	22,9	460
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	21,47	0,8	4,1	3,9	56
ТТК	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	4,6	0,6	29,6	140
ТТК	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,12	2,6	0,3	16,5	79
ТТК	17	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	10,19	0,7	0,3	19,1	94
ТТК	11	БАНАН	100	38,09	1,5	0,5	21	96
<b>Итого</b>				<b>159,63</b>	<b>53,6</b>	<b>29,3</b>	<b>113</b>	<b>925</b>
<b>Всего</b>				<b>159,63</b>	<b>53,6</b>	<b>29,3</b>	<b>113</b>	<b>925</b>

Зав.производством



Исмагулаева Е.А.

Согласовано

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

## МЕНЮ

18 января 2024 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	
<b>Обед</b>								
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ (говядина)	250	30,94	5,4	6	23	169
2012	267	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ	250	83,02	15,4	20,5	27,5	350
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	21,59	1	4,2	3,8	58
ТТК	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	4,6	0,6	29,6	140
ТТК	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,12	2,6	0,3	16,5	79
ТТК	17	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	10,19	0,7	0,3	19,1	94
ТТК	11	БАНАН	100	40,61	1,5	0,5	20,9	96
<b>Итого</b>				<b>195,00</b>	<b>31,2</b>	<b>32,4</b>	<b>140,4</b>	<b>986</b>
<b>Всего</b>				<b>195,00</b>	<b>31,2</b>	<b>32,4</b>	<b>140,4</b>	<b>986</b>

зав.производством



Исматулаева Е.А.