

Согласовано

директор
МБОУ СОШ с. Леонидово
_____ /Харина О.Е./

МЕНЮ

5 октября 2022 г.

1-4 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	240	75,53	4,4	4,2	31,7	179
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,36	1,6	0,2	9,9	47
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	4,01	0,2		14,7	59
		ПЕРЕЦ СВЕЖИЙ	100	35,92	1,2		4,5	23
Итого				120,57	9,6	4,6	74,5	372
II Завтрак								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	0,00	3,5	5,8	36,1	206
2008	272	КОТЛЕТЫ	90	0,00	11	13,7	14,3	217
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,00	0,6	2,4	3,5	37
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,00	0,5	3,5	1,3	36
Итого				0,00	19,9	25,9	87,7	644
Обед								
		СУП РЫБНЫЙ	200	0,00	1,8	3,1	11,3	78
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	0,00	5,3	4,8	23,3	154
2008	259	ГУЛЯШ	90	0,00	0,4	4,2	2,2	48
2011*	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,2	0,2	19,1	57
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
2011	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	0,00	2,7	5,3	3,9	73
Итого				0,00	14,5	18,1	85,1	529
Всего				120,57	44	48,6	247,3	1545

Согласовано

директор
МБОУ СОШ с. Леонидово
_____ /Харина О.Е./

МЕНЮ

5 октября 2022 г.

ОВЗ 1-4 КЛАСС

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								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	240	75,53	4,4	4,2	31,7	179
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	4,01	0,2		14,7	59
		ПЕРЕЦ СВЕЖИЙ	100	35,92	1,2		4,5	23
Итого				120,96	9,9	4,7	76,2	380
II Завтрак								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	0,00	3,5	5,8	36,1	206
2008	272	КОТЛЕТЫ	90	0,00	11	13,7	14,3	217
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,00	0,6	2,4	3,5	37
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,00	0,5	3,5	1,3	36
Итого				0,00	19,9	25,9	87,7	644
Обед								
		СУП РЫБНЫЙ	200	31,84	7,7	3,2	14	112
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	177	7,59	5,3	3,8	23,3	144
2008	259	ГУЛЯШ	90	23,38	0,4	4,2	2,2	48
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	19,23	0,2	0,2	36,3	126
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	13,04	2,7	5,3	3,9	73
Итого				100,58	20,4	17,2	105	622
Всего				221,54	50,2	47,8	268,9	1646

Согласовано

директор
МБОУ СОШ с. Леонидово
_____ /Харина О.Е./

МЕНЮ

5 октября 2022 г.

5-11 кл

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	280	88,06	5,2	4,7	37,1	209
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	4,01	0,2		14,7	59
		ПЕРЕЦ СВЕЖИЙ	100	35,92	1,2		4,5	23
Итого				133,49	10,7	5,2	81,6	410
II Завтрак								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	0,00	4,3	6,9	43,4	247
2008	272	КОТЛЕТЫ	100	0,00	12,3	15,4	15,9	240
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,00	0,6	2,4	3,5	37
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,00	0,8	5,7	2,2	61
Итого				0,00	22,3	30,9	97,5	733
Обед								
		СУП РЫБНЫЙ	250	0,00	2,1	4	14,2	98
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	0,00	5,3	4,8	23,3	154
2008	259	ГУЛЯШ	100	0,00	0,5	4,7	2,5	53
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,2	0,2	19,1	57
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
2011	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	0,00	4,5	9,1	6,5	122
Итого				0,00	16,7	23,3	90,9	603
Всего				133,49	49,7	59,4	270	1746

Согласовано

директор
МБОУ СОШ с. Леонидово
/Харина О.Е./

МЕНЮ

5 октября 2022 г.

ОВЗ 5-11 КЛАСС

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								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	280	88,06	5,2	4,7	37,1	209
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	4,01	0,2		14,7	59
		ПЕРЕЦ СВЕЖИЙ	100	35,92	1,2		4,5	23
Итого				133,49	10,7	5,2	81,6	410
II Завтрак								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	0,00	4,3	6,9	43,4	247
2008	272	КОТЛЕТЫ	100	0,00	12,3	15,4	15,9	240
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,00	0,6	2,4	3,5	37
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,00	0,8	5,7	2,2	61
Итого				0,00	22,3	30,9	97,5	733
Обед								
		СУП РЫБНЫЙ	250	39,70	9,4	4	17,6	141
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	7,93	5,3	3,8	23,3	144
2008	259	ГУЛЯШ	100	26,00	0,5	4,7	2,5	53
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	19,23	0,2	0,2	36,3	126
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	21,70	4,5	9,1	6,5	122
Итого				120,06	24	22,3	111,5	705
Всего				253,55	57	58,4	290,6	1848