

Согласовано

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

МЕНЮ

13 декабря 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 (ТЖС, КМНС,ОВЗ)								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	240	84,45	4,3	5,9	30,8	190
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	3,26	2,6	0,2	16,2	76
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	3,16	2,2	0,3	13,3	63
2011	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	12,99	2,7	5,3	3,9	73
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	3,47	0,2		12,4	50
Итого				107,25	12	11,7	76,6	452
II Завтрак								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	0,00	3,5	5,8	36,1	206
2008	272	КОТЛЕТЫ	90	0,00	2,3	6,3	14,3	120
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	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,00			18,2	72
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,00	0,5	3,5	1,3	36
Итого				0,00	11	18,5	98,7	590
Обед (ОВЗ, родительская плата)								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	23,61	2,9	3	20,7	119
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,08	5,3	4,8	23,3	154
2008	259	ГУЛЯШ	90	27,37	0,4	4,2	2,2	48
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	18,52	0,2	0,2	30,8	104
		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	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	12,93	0,5	3,5	1,3	36
Итого				97,01	13,4	16,2	103,6	580
Всего				204,26	36	46,3	264	1560

Согласовано

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

МЕНЮ

13 декабря 2022 г.

5-11 кл

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 (ТЖС, КМНС,ОВЗ, родительская плата)								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	280	97,89	5	6,7	36	221
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,59	2,1	0,2	12,9	60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,96	1,3	0,2	8,3	39
2011	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	18,19	4,5	9,1	6,5	122
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	3,47	0,2		12,3	50
Итого				124,10	13,1	16,2	76	492
II Завтрак (ТЖС, КМНС,ОВЗ, родительская плата)								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	0,00	4,3	6,9	43,4	247
2008	272	КОТЛЕТЫ	100	0,00	2,6	7,1	15,9	133
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	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	0,00	4,5	9,1	6,5	122
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,00	0,8	5,7	2,2	61
Итого				0,00	16,9	31,7	96,8	719
Обед (ОВЗ, родительская плата)								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	23,61	2,9	3	20,7	119
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,08	5,3	4,8	23,3	154
2008	259	ГУЛЯШ	100	30,04	0,5	4,7	2,5	53
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	18,52	0,2	0,2	30,8	104
		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	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	21,52	0,8	5,7	2,2	61
Итого				108,27	14,6	19,7	124,40	704
Всего				232,37	43,4	66,7	262,7	1759