

МЕНЮ

20 сентября 2021 г.

1-4 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	265	ПЛОВ	150	30,35	2,9	5	25,2	154
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	8,01	0,1	2,8	0,7	28
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	8,78			18,2	72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,20	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,15	1,9	0,3	11,6	55
Итого				51,49	7,1	8,3	69,4	373
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200/5	0,00	1,4	4,8	6,2	72
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	0,00	2,1	3,6	15	99
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,00			18,2	72
		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	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,00	0,1	2,8	0,7	28
Итого				0,00	7,7	11,7	65,4	390
Всего				51,49	24,3	29,9	198,2	1138

МЕНЮ

20 сентября 2021 г.

ОВЗ 1-4 КЛАСС

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	265	ПЛОВ	150	30,35	2,9	5	25,2	154
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	8,01	0,1	2,8	0,7	28
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	8,78			18,2	72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,20	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,15	1,9	0,3	11,6	55
Итого				51,49	7,1	8,3	69,4	373
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200/5	27,64	3,7	7,7	11,3	126
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	38,07	2,1	3,6	15	99
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	17,78			18,2	72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,20	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,15	1,9	0,3	11,6	55
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	7,94	0,1	2,8	0,7	28
Итого				95,78	10	14,6	70,5	444
Всего				147,16	26,6	32,8	203,3	1192

МЕНЮ

20 сентября 2021 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								
2011	265	ПЛОВ	200	40,46	3,7	6,8	33,4	205
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	13,35	0,2	4,7	1,2	46
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	8,78			18,2	72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,20	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,15	1,9	0,3	11,6	55
Итого				66,94	8	12	78,1	442
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	0,00	1,8	5,8	7,5	88
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	0,00	2,8	4,7	19,9	132
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,00			18,2	72
		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	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,00	0,2	4,7	1,2	46
Итого				0,00	8,9	15,7	72,1	457
Всего				66,94	27,4	40,8	220,3	1333

МЕНЮ

20 сентября 2021 г.

ОВЗ 5-11 КЛАСС

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	265	ПЛОВ	200	40,46	3,7	6,8	33,4	205
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	13,35	0,2	4,7	1,2	46
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	8,78			18,2	72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,20	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,15	1,9	0,3	11,6	55
Итого				66,94	8	12	78,1	442
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	33,47	4,4	9,1	13,8	153
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	50,98	2,8	4,7	19,9	132
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	17,78			18,2	72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,20	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,15	1,9	0,3	11,6	55
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	13,35	0,2	4,7	1,2	46
Итого				119,93	11,5	19	78,4	522
Всего				186,87	30	44,1	226,6	1398