

Согласовано


 Директор
 Леонидово
 Харина О.Е./

МЕНЮ

14 октября 2021 г.

ОВЗ 5-11 КЛАСС

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
								267
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	0,00	9,1	11,9	32,5	305
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	0,00	11,9	20,6	20,4	64
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	55
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	61
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,00	0,8	5,7	2,2	39
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,00	0,3		9,6	791
				0,00	26,2	38,7	90	
Итого								
II Завтрак								
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	8,45	5,3	4,8	23,3	154
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	44,48		4,7	0,3	42
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	4,29	0,6	2,4	3,5	37
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	28,21	1,1	5,7	4,3	73
		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	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	2,66	0,2		7,2	29
				92,44	11,3	18,1	63,9	454
Итого								
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	15,08	6	5,3	20,2	149
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	11,38	4,3	6,9	43,4	247
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	44,48		4,7	0,3	42
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	4,28	0,6	2,4	3,5	37
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	1,98	0,3		9,3	38
		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		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	80	20,20	1,1	5,7	4,3	73
				101,75	16,4	25,5	106,3	705
Итого								
				194,19	53,9	82,3	260,2	1950
Всего								

Согласовано

Директор
МБОУ СОШ с. Песнидово
Ижарина О.Е./

МЕНЮ

14 октября 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	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	23,65	6,3	8,4	24,9	196
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	39,96	8	15,7	13,9	222
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,85	2,9	0,2	17,7	83
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,78	2,5	0,3	15	71
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	12,35	0,5	3,5	1,3	36
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	1,98	0,3		9,6	39
				83,56	20,5	28,1	82,4	647
Итого								
II Завтрак								
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	7,46	5,3	4,8	23,3	154
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	38,15		3,9	0,2	34
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	4,29	0,6	2,4	3,5	37
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	25,37	1,2	3,3	4,5	53
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,85	2,9	0,2	17,7	83
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,78	2,5	0,3	15	71
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	2,66	0,2		7,2	29
				83,56	12,7	14,9	71,4	461
Итого								
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	0,00	4,7	4,3	16,2	119
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	0,00	3,5	5,8	36,1	206
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	0,00		4,2	0,2	38
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,00	0,6	2,4	3,5	37
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,00	0,3		9,3	38
		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		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	0,00	0,7	3,5	2,6	44
				0,00	13,9	20,7	93,2	601
Итого								

МЕНЮ

14 октября 2021 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								
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	25,53	5,4	8	26,7	196
2011	128	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	41,88	5,1	13,6	9,7	175
2011	255	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,85	2,8	0,2	17,6	82
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,78	2,4	0,3	14,8	71
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	20,68	0,8	5,7	2,2	61
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	1,98	0,3		9,6	39
				93,72	16,8	27,8	80,6	624
Итого								
II Завтрак								
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	8,45	5,3	4,8	23,3	154
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	44,48		4,7	0,3	42
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	4,29	0,6	2,4	3,5	37
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	28,21	1,1	5,7	4,3	73
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,85	2,8	0,2	17,6	82
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,78	2,4	0,3	14,8	71
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	2,66	0,2		7,2	29
				93,72	12,4	18,1	71	488
Итого								
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	0,00	6	5,3	20,2	149
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	0,00	4,3	6,9	43,4	247
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	0,00		4,7	0,3	42
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,00	0,6	2,4	3,5	37
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,00	0,3		9,3	38
		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		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	0,00	1,1	5,7	4,3	73
				0,00	16,4	25,5	106,3	705
Итого								