

Согласовано


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

# МЕНЮ

19 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	
<b>Завтрак</b>								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	46,98	2,9	4,3	21	132
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,09	2,1	0,2	13	61
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	8,79			18,2	72
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,37	2,9	0,4	18,1	86
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	60	15,29	3	3,7	11,1	92
<b>Итого</b>				<b>76,52</b>	<b>10,9</b>	<b>8,6</b>	<b>81,4</b>	<b>443</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	9,53	3,5	5,8	36,1	206
2008	272	КОТЛЕТЫ	90	45,44	10,9	13,7	13,7	214
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	4,29	0,6	2,4	3,5	37
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,09	2,1	0,2	13	61
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,37	2,9	0,4	18,1	86
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	2,65	0,2		7,2	29
2011	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	9,15	2,8	5,4	4,5	76
<b>Итого</b>				<b>76,52</b>	<b>23</b>	<b>27,9</b>	<b>96,1</b>	<b>709</b>
<b>Обед</b>								
		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	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	60	0,00	2	3,7	8,4	76
<b>Итого</b>				<b>0,00</b>	<b>13,8</b>	<b>16,5</b>	<b>89,6</b>	<b>532</b>

Согласовано

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

# МЕНЮ

19 октября 2021 г.

5-11 кл

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	52,33	3,2	4,8	23,2	147
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,33	1,3	0,1	8,3	39
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	8,79			18,2	72
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,85	1,6	0,2	10	48
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	100	22,38	4,2	6,2	16,6	142
<b>Итого</b>				<b>86,68</b>	<b>10,3</b>	<b>11,3</b>	<b>76,3</b>	<b>448</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	11,43	4,3	6,9	43,4	247
2008	272	КОТЛЕТЫ	100	49,85	11,6	15,3	11,4	219
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	4,29	0,6	2,4	3,5	37
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,33	1,3	0,1	8,3	39
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,86	1,6	0,2	10	48
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	2,65	0,2		7,2	29
2011	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	15,27	4,7	9,1	7,4	126
<b>Итого</b>				<b>86,68</b>	<b>24,3</b>	<b>34</b>	<b>91,2</b>	<b>745</b>
<b>Обед</b>								
		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	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	100	0,00	3,2	6,1	14	127
<b>Итого</b>				<b>0,00</b>	<b>15,4</b>	<b>20,3</b>	<b>98,4</b>	<b>608</b>

Согласовано

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

# МЕНЮ

19 октября 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	
<b>Завтрак</b>								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	52,33	3	4,7	21,4	138
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,20	2,2	0,2	13,7	64
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	8,79			18,2	72
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,15	1,9	0,3	11,6	55
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	100	22,38	4	6,2	16,3	140
<b>Итого</b>				<b>87,85</b>	<b>11,1</b>	<b>11,4</b>	<b>81,2</b>	<b>469</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	11,43	4,3	6,9	43,4	247
2008	272	КОТЛЕТЫ	100	49,85	12,3	15,4	15,9	240
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	4,29	0,6	2,4	3,5	37
		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	2,65	0,2		7,2	29
2011	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	15,27	4,7	9,1	7,4	126
<b>Итого</b>				<b>87,85</b>	<b>26,2</b>	<b>34,3</b>	<b>102,7</b>	<b>798</b>
<b>Обед</b>								
		СУП РЫБНЫЙ	250	19,22	2,2	4	15	102
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	7,46	5,3	4,8	23,3	154
2008	259	ГУЛЯШ	100	26,59	0,5	4,7	2,5	53
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,95	0,2	0,2	19,1	57
		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	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	100	22,38	3,2	6,1	14	127
<b>Итого</b>				<b>89,95</b>	<b>15,5</b>	<b>20,3</b>	<b>99,2</b>	<b>612</b>
<b>Всего</b>				<b>177,80</b>	<b>52,8</b>	<b>66</b>	<b>283,1</b>	<b>1879</b>