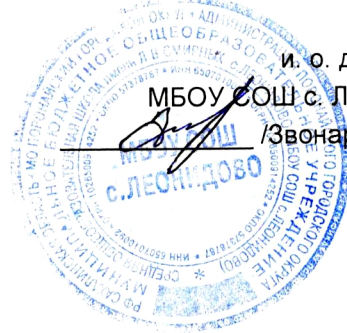


Согласовано

и. о. директора
МБОУ СОШ с. Леонидово
Звонарева Т.О./

**МЕНЮ**

12 ноября 2021 г.

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	265	ПЛОВ	150	31,64	3,1	5	26,2	159
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	8,02	0,1	2,8	0,7	28
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,31	3,2	0,3	20,7	96
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,34	2,9	0,4	18	86
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	1,96	0,3		9,6	39
Итого				48,27	9,6	8,5	75,2	408
II Завтрак								
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	6,08	5,5	3,7	32,4	181
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	24,78	0,4	1,3	1,5	19
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	2,66	0,2		7,2	29
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	8,10	1,4	4,8	8,7	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,31	3,2	0,3	20,7	96
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,34	2,9	0,4	18	86
Итого				48,27	13,6	10,5	88,5	493
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	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,00	1	2,8	5,2	49
Итого				0,00	8,6	11,7	69,9	411

Согласовано

и. о. директора
МБОУ СОШ с. Леонидово
Звонарева Т.О./**МЕНЮ**
12 ноября 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								
2011	265	ПЛОВ	180	37,97	3,8	6	31,4	191
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	13,36	0,2	4,7	1,2	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,72	2,7	0,2	16,9	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,77	2,5	0,3	14,9	71
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	1,96	0,3		9,6	39
Итого				58,78	9,5	11,2	74	426
II Завтрак								
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	7,04	6,4	4,3	37,3	209
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	29,56	0,5	1,5	1,8	21
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	2,66	0,2		7,2	29
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	150	14,03	2,2	7,2	13	123
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,72	2,7	0,2	16,9	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,77	2,5	0,3	14,9	71
Итого				58,78	14,5	13,5	91,1	532
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	0,00	1,8	5,8	7,5	88
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	0,00	2,5	4,2	18	118
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	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	0,00	1,4	4,8	8,7	82
Итого				0,00	9,8	15,3	77,7	479

Согласовано

и. о. директора

МБОУ СОШ с. Леонидово

/Звонарева Т.О./

МЕНЮ

12 ноября 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								
2011	265	ПЛОВ	180	37,97	3,8	6	31,4	191
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	13,36	0,2	4,7	1,2	46
		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	376	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	1,96	0,3		9,6	39
Итого				57,64	8,4	11,2	67,5	395
II Завтрак								
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	7,04	6,4	4,3	37,3	209
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	29,56	0,5	1,5	1,8	21
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	2,66	0,2		7,2	29
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	150	14,03	2,2	7,2	13	123
		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				57,64	13,4	13,5	84,6	501
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	20,20	2,5	5,9	11,8	109
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	51,37	4,2	4,6	30,9	178
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	17,79			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	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	8,10	1,4	4,8	8,7	82
Итого				101,81	12,2	15,8	94,9	560
Всего				159,45	34	40,5	247	1456