

Согласовано

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

МЕНЮ

24 ноября 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	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	9,53	3,5	5,8	36,1	206
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	54,48	19,3	18,4	13,8	287
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,17	2,2	0,2	13,5	63
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,95	2,6	0,4	15,8	75
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	8,78			18,2	72
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	12,30	0,5	3,5	1,3	36
Итого				90,21	28,1	28,3	98,7	739
II Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	200	0,00	31,8	11,8	24,4	324
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,00	0,1	8,3	0,1	75
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	0,00	3,4	4,3		51
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,00	0,3		9,3	38
2008		БАНАН	150	0,00	2,3	0,8	31,5	144
Итого				0,00	40,1	25,4	79	696
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200/5	0,00	1,8	4,8	12,4	98
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ СО СВИНИНОЙ	150	0,00	3,6	4,2	10,7	95
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		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ПОМИДОРАМИ	60	0,00	0,9	2,9	6,1	54
Итого				0,00	10,4	12,4	72,7	438
Всего				90,21	78,6	66,1	250,4	1873

Согласовано

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

24 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	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	11,45	4,3	6,9	43,4	247
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	115	69,55	24,5	23,4	17,9	367
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,96	1,9	0,2	12,2	57
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,65	2,3	0,3	14,3	68
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	8,78			18,2	72
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	20,51	0,8	5,7	2,2	61
Итого				114,90	33,8	36,5	108,2	872
II Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	200	0,00	31,8	11,8	24,4	324
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,00	0,1	8,3	0,1	75
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	0,00	3,4	4,3		51
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,00	0,3		9,3	38
2008		БАНАН	150	0,00	2,3	0,8	31,5	144
Итого				0,00	40,1	25,4	79	696
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	0,00	2,1	5,9	15,3	119
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ СО СВИНИНОЙ	200	0,00	5	5,6	14,4	127
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		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ПОМИДОРАМИ	100	0,00	1,5	5	10,1	90
Итого				0,00	12,7	17	83,3	527
Всего				114,90	86,6	78,9	270,5	2095



МЕНЮ

24 ноября 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	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	0,00	3,5	5,8	36,1	206
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	0,00	19,3	18,4	13,8	287
		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	27,4	28,2	94,7	720
II Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	200	0,00	31,8	11,8	24,4	324
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,00	0,1	8,3	0,1	75
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	0,00	3,4	4,3		51
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,00	0,3		9,3	38
2008		БАНАН	150	0,00	2,3	0,8	31,5	144
Итого				0,00	40,1	25,4	79	696
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200/5	21,23	3,6	5,1	23,1	149
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ СО СВИНИНОЙ	150	58,63	4	4,2	12,4	104
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	12,98			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		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ПОМИДОРАМИ	60	9,27	1,3	3	9,6	70
Итого				106,46	13	12,8	88,6	514
Всего				106,46	80,5	66,4	262,3	1930

Согласовано

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

24 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	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	0,00	4,3	6,9	43,4	247
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	115	0,00	24,5	23,4	17,9	366
		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	100	0,00	0,8	5,7	2,2	61
Итого				0,00	33,7	36,5	107	865
II Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	200	0,00	31,8	11,8	24,4	324
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,00	0,1	8,3	0,1	75
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	0,00	3,4	4,3		51
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,00	0,3		9,3	38
2008		БАНАН	150	0,00	2,3	0,8	31,5	144
Итого				0,00	40,1	25,4	79	696
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	25,82	4,1	6,2	28,1	181
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ СО СВИНИНОЙ	200	78,35	5,4	5,6	16,5	137
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	8,78			18,2	72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,29	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,15	1,9	0,3	11,6	55
2011		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ПОМИДОРАМИ	100	15,76	2,3	5,2	16,3	119
Итого				132,15	15,9	17,5	104,4	628
Всего				132,15	89,7	79,4	290,4	2189