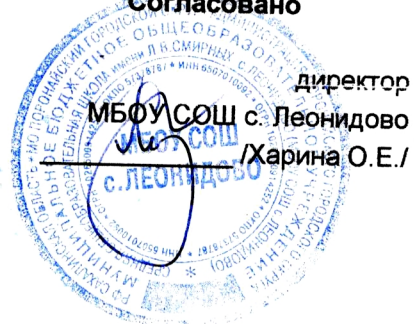


Согласовано



директор

МБОУ СОШ с. Леонидово

Харина О.Е./

МЕНЮ

18 января 2022 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	40,35	3,6	6	30,7	187
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	13,44	0,2	4,7	1,2	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,47	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,41	1,9	0,3	11,6	55
2008		ЯБЛОКО	100	38,30	0,6	0,6	14,5	70
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	17,78			18,2	72
Итого				114,75	8,5	11,8	89,9	494
II Завтрак								
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	0,00	3,2	3,9	19,1	122
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	0,00	14,8	13,6	1,8	180
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	0,00	1,4	4,8	8,7	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
2008		ЯБЛОКО	100	0,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				0,00	24,1	23,2	71,9	579
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	24,60	2,4	9,6	8,6	128
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	40,44	2,5	4,2	19	119
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	17,78			18,2	72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,46	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,40	1,9	0,3	11,6	55
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	8,20	1,4	4,8	8,7	82
Итого				104,88	10,4	19,1	78,8	519
Всего				219,63	43	54,1	240,6	1592

Согласовано

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

МЕНЮ

18 января 2022 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	180	40,35	3,6	6	30,7	187
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	13,44	0,2	4,7	1,2	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,47	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,41	1,9	0,3	11,6	55
2008		ЯБЛОКО	100	38,30	0,6	0,6	14,5	70
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	17,78			18,2	72
Итого				114,75	8,5	11,8	89,9	494
II Завтрак								
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	0,00	3,2	3,9	19,1	122
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	0,00	14,8	13,6	1,8	180
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	0,00	1,4	4,8	8,7	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
2008		ЯБЛОКО	100	0,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				0,00	24,1	23,2	71,9	579
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
Всего				114,75	42,4	50,3	239,5	1552

Согласовано

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

МЕНЮ

18 января 2022 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	30,86	3	5	25,6	156
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	8,01	0,1	2,8	0,7	28
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,47	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,41	1,9	0,3	11,6	55
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	17,78			18,2	72
Итого				61,53	7,2	8,3	69,8	375
!! Завтрак								
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	0,00	2,8	3,3	15,9	102
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	0,00	13,2	12,2	1,5	162
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,00	1	2,8	5,2	49
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
2008		ЯБЛОКО	100	0,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				0,00	21,7	19,2	64,9	508
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200/5	14,84	1,5	4,8	6,6	74
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	38,08	2,1	3,6	15	99
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	17,78			18,2	72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,46	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,40	1,9	0,3	11,6	55
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	4,82	1	2,8	5,2	49
Итого				80,38	8,7	11,7	70,3	413
Всего				141,91	37,6	39,2	205	1296

Согласовано

директор
МБОУ СОШ с. Леонидово
Харина О.Е.

МЕНЮ

18 января 2022 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								
			150	30,86	3	5	25,6	156
2011	265	ПЛОВ						
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	8,01	0,1	2,8	0,7	28
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,55	2,3	0,2	14,2	66
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,29	1,8	0,3	11	53
2008		ЯБЛОКО	160	38,30	0,6	0,6	14,5	70
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	17,78			18,2	72
Итого				99,79	7,8	8,9	84,2	445
II Завтрак								
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	0,00	2,8	3,3	15,9	102
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	0,00	13,2	12,2	1,5	162
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,00	1	2,8	5,2	49
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	1,9	0,3	11,6	55
2008		ЯБЛОКО	100	0,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				0,00	21,7	19,2	64,9	508
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
Всего				99,79	38,1	39,8	219	1364