

Согласовано

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

МЕНЮ

25 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								
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	6,40	6,3	3,7	36,8	202
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	34,66	0,5	2,5	1,8	32
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	2,64	0,2		7,2	29
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	6,09	1,1	2,9	5,8	53
		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	21,09	0,3	0,3	8	38
Итого				75,76	12,5	9,9	84,9	473
II Завтрак								
2011	265	ПЛОВ	150	0,00	2,9	5	25,2	154
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,00	0,1	2,8	0,7	28
		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
Итого				0,00	7,1	8,3	69,4	373
Обед								
2008	77	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	200/5	0,00	1,7	4,7	7,8	78
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	0,00	7,6	9,8	27	222
2008	259	ГУЛЯШ	90	0,00	0,4	4,2	2,2	48
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,00			18,2	72
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
Итого				0,00	14,8	22	85,7	588
Всего				75,76	34,4	40,2	240	1434

Согласовано

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

МЕНЮ

25 января 2022 г.

5-11 кл

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	7,08	6,5	4,3	37,8	212
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	37,93	0,6	2,5	2	32
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/0/7	2,64	0,3		14,4	58
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	10,24	1,9	4,8	9,8	88
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,47	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,41	1,9	0,3	11,6	55
Итого				62,77	13,4	12,1	89,3	509
II Завтрак								
2011	265	ПЛОВ	180	0,00	3,5	6	30,2	185
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,00	0,2	4,7	1,2	46
		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
Итого				0,00	7,8	11,2	74,9	422
Обед								
2008	77	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	250	0,00	2,1	5,6	9,6	96
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	0,00	9,1	11,9	32,5	267
2008	259	ГУЛЯШ	100	0,00	0,5	4,7	2,5	53
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,00			18,2	72
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
Итого				0,00	17,2	27,5	96,8	689
Всего				62,77	38,4	50,8	261	1620

Согласовано

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

МЕНЮ

25 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	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	0,4	1,3	1,5	19
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
Итого				0,00	8,5	7,9	55,1	318
II Завтрак								
2011	265	ПЛОВ	150	0,00	2,9	5	25,2	154
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,00	0,1	2,8	0,7	28
		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
Итого				0,00	7,1	8,3	69,4	373
Обед								
2008	77	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	200/5	17,36	2,2	4,7	10	89
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	30,50	8,3	10	33	250
2008	259	ГУЛЯШ	90	26,79	0,4	4,2	2,2	48
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	8,78			18,2	72
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	6,09	1,1	2,9	5,8	53
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,47	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,41	1,9	0,3	11,6	55
Итого				94,40	16,1	22,3	94,5	631
Всего				94,40	31,7	38,5	219	1322

Согласовано

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

МЕНЮ

25 января 2022 г.

ОВЗ 5-11 КЛАСС

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	0,00	6,5	4,3	37,8	212
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	0,00	0,5	1,5	1,8	21
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/0/7	0,00	0,3		14,4	58
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
Итого				0,00	12,8	11,1	88	492
II Завтрак								
2011	265	ПЛОВ	180	0,00	3,5	6	30,2	185
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,00	0,2	4,7	1,2	46
		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
Итого				0,00	7,8	11,2	74,9	422
Обед								
2008	77	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	250	21,48	2,7	5,6	12,4	109
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	37,98	10,1	12,1	39,7	300
2008	259	ГУЛЯШ	100	29,83	0,5	4,7	2,5	53
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	8,78			18,2	72
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	10,24	1,9	4,8	9,8	88
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,47	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,41	1,9	0,3	11,6	55
Итого				113,19	19,3	27,7	107,9	741
Всего				113,19	39,9	50	270,8	1655