

Согласовано

директор

МБОУ СОШ с. Леонидово

/Харина О.Е./

МЕНЮ

14 февраля 2022 г.

2-4 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	60,98	4,4	5	32,2	190
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,46	2,2	0,2	13,7	64
		КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	11,20	0,3		27,9	111
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,04	2,4	0,3	14,7	70
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	18,49	0,7	5,7	1,9	59
Итого				96,17	10	11,2	90,4	494
II Завтрак								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	0,00	3,5	5,8	36,1	206
2008	272	КОТЛЕТЫ	90	0,00	11	13,7	14,3	217
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,00	0,6	2,4	3,5	37
		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	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,00	0,5	3,5	1,3	36
Итого				0,00	19,9	25,9	87,7	644
Обед								
		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	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,00	0,5	3,5	1,3	36
Итого				0,00	12,3	16,3	82,5	492
Всего				96,17	42,2	53,4	260,6	1630

Согласовано

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

МЕНЮ

14 февраля 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	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	56,22	4	4,5	29,1	170
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,46	2,2	0,2	13,7	64
		КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	11,20	0,3		27,9	111
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,40	1,9	0,3	11,6	55
		ПЕРЕЦ СВЕЖИЙ	60	12,14	0,3		1,2	6
Итого				84,42	8,7	5	83,5	406
II Завтрак								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	0,00	4,3	6,9	43,4	247
2008	272	КОТЛЕТЫ	100	0,00	12,3	15,4	15,9	240
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,00	0,6	2,4	3,5	37
		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	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,00	0,8	5,7	2,2	61
Итого				0,00	22,3	30,9	97,5	733
Обед								
		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	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,00	0,8	5,7	2,2	61
Итого				0,00	13	19,9	86,6	542
Всего				84,42	44	55,8	267,6	1681

Согласовано

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

МЕНЮ

14 февраля 2022 г.

ОВЗ 5-11 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	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	56,22	4	4,5	29,1	170
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,47	2,2	0,2	13,7	64
		КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	11,20	0,3		27,9	111
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,41	1,9	0,3	11,6	55
Итого				72,30	8,4	5	82,3	400
II Завтрак								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	0,00	4,3	6,9	43,4	247
2008	272	КОТЛЕТЫ	100	0,00	12,3	15,4	15,9	240
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,00	0,6	2,4	3,5	37
		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	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,00	0,8	5,7	2,2	61
Итого				0,00	22,3	30,9	97,5	733
Обед								
		СУП РЫБНЫЙ	250	24,73	3,3	4,1	22,4	138
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	7,53	5,3	4,8	23,3	154
2008	259	ГУЛЯШ	100	29,94	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	2,47	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,41	1,9	0,3	11,6	55
Итого				77,03	13,4	14,3	92,6	521
Всего				149,33	44,1	50,2	272,4	1654

Согласовано

директор

МБОУ СОШ с. Леонидово

/Харина О.Е./

МЕНЮ

14 февраля 2022 г.

ОВЗ 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	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	45,69	3,3	3,8	24,4	142
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,47	2,2	0,2	13,7	64
		КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	11,20	0,3		27,9	111
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,40	1,9	0,3	11,6	55
Итого				61,76	7,7	4,3	77,6	372
II Завтрак								
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	0,00	3,5	5,8	36,1	206
2008	272	КОТЛЕТЫ	90	0,00	11	13,7	14,3	217
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,00	0,6	2,4	3,5	37
		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	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,00	0,2		7,2	29
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,00	0,5	3,5	1,3	36
Итого				0,00	19,9	25,9	87,7	644
Обед								
		СУП РЫБНЫЙ	200	19,12	2,7	3,2	17,9	110
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	7,53	5,3	4,8	23,3	154
2008	259	ГУЛЯШ	90	26,80	0,4	4,2	2,2	48
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,95	0,2	0,2	19,1	57
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,47	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,40	1,9	0,3	11,6	55
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	12,24	0,5	3,5	1,3	36
Итого				80,51	13,2	16,4	89,1	524
Всего				142,27	40,8	46,6	254,4	1540