

Согласовано



Директор
МАОУ "СОШ С. Раздольное"
/Вепрева Светлана Михайловна/

МЕНЮ
9 декабря 2021 г.

1-4 класс

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---------------------------------|--------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 60 | 0,9 | 2,9 | 5,6 | 53 |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,4 | 4,8 | 34,5 | 204 |
| 2011 | 271 | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ | 90 | 11,3 | 21,5 | 16,8 | 304 |
| 2012 | 348 | СОУС ТОМАТНЫЙ №348 | 15 | 0,2 | 0,8 | 1,1 | 11 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | | 14,6 | 58 |
| | | ФРУКТ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого | | | | 20,5 | 30,6 | 97,5 | 748 |
| Всего | | | | 20,5 | 30,6 | 97,5 | 748 |

повар

Ларионова Екатерина Владимировна



Согласовано

Директор
 MAOU "СОШ С. Раздольное"
 Вепрева Светлана Михайловна/

МЕНЮ

9 декабря 2021 г.

ОВЗ 1-4 класс

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---------------------------------|--------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 60 | 0,9 | 2,9 | 5,6 | 53 |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,4 | 4,8 | 34,5 | 204 |
| 2011 | 271 | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ | 90 | 10,4 | 25,1 | 8,8 | 302 |
| 2012 | 348 | СОУС ТОМАТНЫЙ №348 | 15 | 0,2 | 0,8 | 1,1 | 11 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | | 14,6 | 58 |
| | | ФРУКТ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого | | | | 19,6 | 34,2 | 89,5 | 746 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 40 | 0,4 | 0,1 | 1,5 | 10 |
| 2008 | 90 | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ | 200 | 3,3 | 3,6 | 22,1 | 134 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 200 | 16,9 | 39,5 | 18,3 | 498 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,4 | 11,9 | 59 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 |
| Итого | | | | 24,3 | 43,8 | 78,8 | 808 |
| Всего | | | | 43,9 | 78 | 168,3 | 1554 |

повар

Ларионова

Ларионова Екатерина Владимировна

Согласовано



Директор
МАОУ "СОШ С. Раздольное"
/Вепрева Светлана Михайловна/

МЕНЮ
9 декабря 2021 г.

5-11 класс

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---------------------------------|--------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 100 | 1,5 | 5 | 9,3 | 88 |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 6,4 | 5,8 | 41,4 | 244 |
| 2011 | 271 | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ | 100 | 11,6 | 27,7 | 9,7 | 334 |
| 2012 | 348 | СОУС ТОМАТНЫЙ №348 | 15 | 0,2 | 0,8 | 1,1 | 11 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | | 14,6 | 58 |
| | | ФРУКТ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого | | | | 22,4 | 39,9 | 101 | 853 |
| Всего | | | | 22,4 | 39,9 | 101 | 853 |

повар *Ларионова* Ларионова Екатерина Владимировна

