



Согласовано



Директор

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

# МЕНЮ

20 декабря 2021 г.

5-11 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	1,5	5	9,3	88
2011	265	ПЛОВ	200	22,3	25,8	35	461
2008		БАТОН	30	2,4	0,3	14,7	71
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,7	6,1		75
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,1		14,8	59
		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>31,5</b>	<b>45,9</b>	<b>83,7</b>	<b>876</b>
<b>Всего</b>				<b>31,5</b>	<b>45,9</b>	<b>83,7</b>	<b>876</b>

повар Ларионова Екатерина Владимировна

Согласовано



Директор

 МАОУ "СОШ С. Раздольное"  
 Вепрева Светлана Михайловна/
**МЕНЮ**

20 декабря 2021 г.

ОВЗ 1-4 класс

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	60	0,9	2,9	5,6	53
2011	265	ПЛОВ	180	20,1	23,1	31,6	415
2008		БАТОН	30	2,4	0,3	14,7	71
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,7	6,1		75
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,1		14,8	59
		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>28,7</b>	<b>41,1</b>	<b>76,6</b>	<b>795</b>
<b>Обед</b>							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2,2	3,3	6,1	64
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	0,7	35,9	172
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	12	24,9	8,9	307
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	15	0,2	0,8	1,1	11
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,4	11,9	59
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
2011	350	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	200	0,2	0,1	27,7	113
<b>Итого</b>				<b>24</b>	<b>30,3</b>	<b>102,6</b>	<b>779</b>
<b>Всего</b>				<b>52,7</b>	<b>71,4</b>	<b>179,2</b>	<b>1574</b>

повар

Ларионова Екатерина Владимировна

