Согласовано

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

МЕНЮ
11 мая 2022 г.

1-4 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	180	7	9	28,6	225
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	6,3	14,3	9,9	194
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	24,5	141
		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**17,5**	**26,7**	**72,8**	**607**
Всего				**17,5**	**26,7**	**72,8**	**607**

повар _____ Ларионова Екатерина Владимировна

Согласовано

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

МЕНЮ
11 мая 2022 г.

5-11 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	7,7	9,9	31,9	249
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	6,3	14,3	9,9	194
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	24,5	141
		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**18,2**	**27,6**	**76,1**	**631**
Всего				**18,2**	**27,6**	**76,1**	**631**

повар _____ Ларионова Екатерина Владимировна

Согласовано

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

МЕНЮ

11 мая 2022 г.

ОВЗ 1-4 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	180	7	9	28,6	225
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	6,3	14,3	9,9	194
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	24,5	141
		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**17,5**	**26,7**	**72,8**	**607**
Обед							
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,9	3,7	4,9	56
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,4	0,1	9,9	46
		СМЕТАНА 15 % ЖИРНОСТИ	10	0,3	1,5	0,4	20
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,7	4,6	38,5	209
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ	90	15,5	17,1	6,7	244
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	15	0,2	0,6	1,1	10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,4	11,9	59
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			19,4	77
Итого				**25,5**	**28,1**	**102,8**	**768**
Всего				**43**	**54,8**	**175,6**	**1375**

повар _____ Ларионова Екатерина Владимировна

Согласовано

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

МЕНЮ

11 мая 2022 г.

ОВЗ 5-11 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	7,7	9,9	31,9	249
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	6,3	14,3	9,9	194
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	24,5	141
		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**18,2**	**27,6**	**76,1**	**631**
Обед							
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	80	1,2	4,9	6,6	75
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,7	0,1	12,3	58
		СМЕТАНА 15 % ЖИРНОСТИ	10	0,3	1,5	0,4	20
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	200	4,9	6,1	51,2	278
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ	100	17,2	18,9	7,5	269
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	15	0,2	0,6	1,1	10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,4	11,9	59
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			19,4	77
Итого				**29**	**32,6**	**120,4**	**893**
Всего				**47,2**	**60,2**	**196,5**	**1524**

повар _____ Ларионова Екатерина Владимировна

Согласовано

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

МЕНЮ
11 мая 2022 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	7,7	9,9	31,9	249
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	6,3	14,3	9,9	194
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	24,5	141
		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**18,2**	**27,6**	**76,1**	**631**
Обед							
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	80	1,2	4,9	6,6	75
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,7	0,1	12,3	58
		СМЕТАНА 15 % ЖИРНОСТИ	10	0,3	1,5	0,4	20
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	200	4,9	6,1	51,2	278
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ	100	17,2	18,9	7,5	269
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	15	0,2	0,6	1,1	10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,4	11,9	59
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			19,4	77
Итого				**29**	**32,6**	**120,4**	**893**
Всего				**47,2**	**60,2**	**196,5**	**1524**

повар _____ Ларионова Екатерина Владимировна