



Согласовано

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

МЕНЮ
2 сентября 2022 г.

1-4 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,7	4,9	56
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,4	3,1	25,1	137
2008	316	КОТЛЕТЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	90	14,6	18,4	4,8	241
		БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2		12,2	50
		ФРУКТ	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				20,6	25,6	64,9	575
Всего				20,6	25,6	64,9	575

повар Ларионова Ларионова Екатерина Владимировна



Согласовано

Директор

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

МЕНЮ

2 сентября 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							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	80	1,2	4,9	6,6	75
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,9	3,7	30,2	165
2008	316	КОТЛЕТЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100	16,2	20,2	5,2	267
		БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2		12,2	50
		ФРУКТ	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				23	29,2	72,1	648
Обед							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,2	8,1	6,4	103
2008	100	СУП ЛАПША	250	14,1	14,2	20,5	266
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,6	25,7	178
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	105	23,1	11,2	7,7	249
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,4	11,9	59
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
		ФРУКТ	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				46,8	41	117,4	1056
Всего				69,8	70,2	189,5	1704

повар

С.М.М.

Ларионова Екатерина Владимировна



Согласовано

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

МЕНЮ
2 сентября 2022 г.

5-11 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	80	1,2	4,9	6,6	75
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,9	3,7	30,2	165
2008	316	КОТЛЕТЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100	16,2	20,2	5,2	267
		БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2		12,2	50
		ФРУКТ	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				23	29,2	72,1	648
Всего				23	29,2	72,1	648

повар Ларионова Екатерина Владимировна