



Согласовано

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

МЕНЮ
5 декабря 2022 г.

1-4 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	5,3	0,7	34,2	164
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	19,2	29,9	6,3	372
		БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54
		АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				27,7	31,2	73,4	689
Всего				27,7	31,2	73,4	689

повар Ларионова Ларионова Екатерина Владимировна



Согласовано

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

МЕНЮ
5 декабря 2022 г.

5-11 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0,1	2,5	14
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	6,4	0,8	41	197
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	24	37,6	7,9	465
		БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54
		АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				33,9	39	82,8	821
Всего				33,9	39	82,8	821

повар Ларионова Ларионова Екатерина Владимировна

Согласовано



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

МЕНЮ

5 декабря 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		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0,1	2,5	14
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	6,4	0,8	41	197
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	22,2	35	7,9	435
		БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54
		АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				32,1	36,4	82,8	791
Обед							
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,3	5	8,8	85
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	250	2,3	6,7	14,2	129
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,4	7,1	46,7	268
2011	251	ПОДЖАРКА	100	18,2	49,9	6	547
		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
		АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				30,8	69,6	132,8	1289
Всего				62,9	106	215,6	2080

повар

Ларионова

Ларионова Екатерина Владимировна



Согласовано

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

МЕНЮ
5 декабря 2022 г.

завтрак за родительскую плату

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0,1	2,5	14
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	6,4	0,8	41	197
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	23,9	37,3	7,8	462
		БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54
		АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				33,8	38,7	82,7	818
Всего				33,8	38,7	82,7	818

повар

Ларионова

Ларионова Екатерина Владимировна



Согласовано

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

МЕНЮ
5 декабря 2022 г.

обед за родительскую плату

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед							
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,3	5	8,8	85
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	250	2,3	6,7	14,2	129
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,4	7,1	46,7	268
2011	251	ПОДЖАРКА	100	18,2	49,9	6	547
		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
		АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				30,8	69,6	132,8	1289
Всего				30,8	69,6	132,8	1289

повар

Ларионова

Ларионова Екатерина Владимировна