

Согласовано



Директор

MAOU "СОШ с. Раздольное"

/Вепрева Светлана Михайловна/

## МЕНЮ

9 декабря 2022 г.

1-4 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,4	3,1	25,1	137
2008	316	КОТЛЕТЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	90	15,8	19,6	4,8	257
		БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2		19,8	80
		АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	43
<b>Итого</b>				<b>21,4</b>	<b>23,2</b>	<b>69,1</b>	<b>573</b>
<b>Всего</b>				<b>21,4</b>	<b>23,2</b>	<b>69,1</b>	<b>573</b>

повар

*Ларионова*

Ларионова Екатерина Владимировна

Согласовано



Директор

MAOU "СОШ с. Раздольное"

/Вепрева Светлана Михайловна/

## МЕНЮ

9 декабря 2022 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		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0,1	2,5	14
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,9	3,7	30,2	165
2008	316	КОТЛЕТЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100	17,6	21,6	5,2	285
		БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2		19,8	80
		АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	43
<b>Итого</b>				<b>24</b>	<b>25,8</b>	<b>75,6</b>	<b>635</b>
<b>Всего</b>				<b>24</b>	<b>25,8</b>	<b>75,6</b>	<b>635</b>

повар

*Ларионова*

Ларионова Екатерина Владимировна



Согласовано

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

# МЕНЮ

9 декабря 2022 г.

ОВЗ 5-11 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0,1	2,5	14
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,9	3,7	30,2	165
2008	316	КОТЛЕТЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100	24	28,1	5,2	369
		БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2		19,8	80
		АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	43
<b>Итого</b>				<b>30,4</b>	<b>32,3</b>	<b>75,6</b>	<b>719</b>
<b>Обед</b>							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,3	10,1	7,7	128
2008	100	СУП ЛАПША	250	14,1	14,2	20,5	266
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,1	6,7	28,3	190
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	23,1	10,5	7,7	242
		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
<b>Итого</b>				<b>47,2</b>	<b>42,4</b>	<b>121,3</b>	<b>1086</b>
<b>Всего</b>				<b>77,6</b>	<b>74,7</b>	<b>196,9</b>	<b>1805</b>

повар Ларионова Ларионова Екатерина Владимировна



Согласовано

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

## МЕНЮ

9 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	
<b>Завтрак</b>							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0,1	2,5	14
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,9	3,7	30,2	165
2008	316	КОТЛЕТЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100	17,6	21,6	5,2	285
		БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2		19,8	80
		АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	43
<b>Итого</b>				<b>24</b>	<b>25,8</b>	<b>75,6</b>	<b>635</b>
<b>Всего</b>				<b>24</b>	<b>25,8</b>	<b>75,6</b>	<b>635</b>

повар Ларионова Ларионова Екатерина Владимировна



Согласовано

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

## МЕНЮ

9 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	
<b>Обед</b>							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,3	10,1	7,7	128
2008	100	СУП ЛАПША	250	14,1	14,2	20,5	266
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,1	6,7	28,3	190
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	23,1	10,5	7,7	242
		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
<b>Итого</b>				<b>47,2</b>	<b>42,4</b>	<b>121,3</b>	<b>1086</b>
<b>Всего</b>				<b>47,2</b>	<b>42,4</b>	<b>121,3</b>	<b>1086</b>

повар Ларионова Ларионова Екатерина Владимировна