

Согласовано

И.О. Директора
МКОУ СОШ с.Малиновка
Задирако Т.В./**МЕНЮ**

3 марта 2023 г.

ОВЗ 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	36,99	13,2	16,2	35	330
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	26,84	1,1	6,1	4,6	81
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	40	3,87	3,1	0,3	19,7	92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	2	0,3	12,7	61
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	12,75	0,1	12,4	0,1	112
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,34	0,1		11,9	47
Итого				84,34	19,6	35,3	84	723
обед								
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	23,42	1,2	5,1	3,3	67
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	40,85	11,1	17,2	17,1	259
2011	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	100	41,90	10,3	33,6	7,8	359
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	26,02	4,3	5,1	17,8	134
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	70	6,39	5,1	0,4	32,4	151
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,10	4	0,5	25,4	122
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,31	0,6		28,1	111
Итого				151,99	36,6	61,9	131,9	1203
Всего				236,33	56,2	97,2	215,9	1926

повар

Голянова О.В.