

Согласовано

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

10 марта 2023 г.

ОВЗ 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2012	218	ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ	200	91,55	23,9	38,4	17,8	491
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	120	26,84	1	0,1	3	17
2011	350	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	200	16,61			24,6	97
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	30	2,70	2,2	0,2	13,7	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	2	0,3	12,7	61
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	300	58,28	1,1	1,1	25,9	124
Итого				198,53	30,2	40,1	97,7	854
обед								
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	150	21,05	2,1	9,1	9,4	128
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	13,92	7,3	5,5	21,8	163
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	120	40,81	11,2	29,5	11,9	343
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	10,71	6,4	5,8	37,6	223
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	40	3,60	2,9	0,2	18,3	85
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	2	0,3	12,7	61
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,30	0,6		28,1	111
Итого				100,94	32,5	50,4	139,8	1114
Всего				299,47	62,7	90,5	237,5	1968

повар

Голянова О.В.