

Согласовано

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

14 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	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	28,02	1	6,1	3,7	75
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	21,40	4	6,7	24,6	171
2011	290	ПТИЦА ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	37,97	0,7	4,3	2,8	51
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	40	3,60	2,9	0,2	18,3	85
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	3,15	2,4	0,3	15,5	75
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	3,90	0,2		11,8	48
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	250	48,56	0,9	0,9	21,6	103
Итого				146,60	12,1	18,5	98,3	608
обед								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	28,00	1	6,1	3,7	75
2011	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	54,66	24,3	12,1	18,4	269
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	26,76	13,8	8,8	5,3	151
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	13,92	4,3	6,9	43,8	249
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	40	3,60	2,9	0,2	18,3	85
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,54	2	0,3	12,7	61
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	20,19			18,2	72
Итого				149,67	48,3	34,4	120,4	962
Всего				296,27	60,4	52,9	218,7	1570

повар

Голянова О.В.