

Утверждаю

И.О. Директора  
МКОУ СОШ с. Малиновка  
Задирако Т.В.



# МЕНЮ

17 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	
<b>Завтрак</b>								
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	200	20,27	5,6	10,5	37,6	261
2011	401	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	80/20	21,74	7,9	12,1	38,6	288
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	11,77	4,2	3,8	0,2	49
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	50	4,59	3,7	0,3	23,3	109
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	4,79	0,2		11,8	48
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)	330	104,21	1,2	0,9	30,6	140
<b>Итого</b>				<b>167,37</b>	<b>22,8</b>	<b>27,6</b>	<b>142,1</b>	<b>895</b>
<b>обед</b>								
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	100	15,97	1,8	6,1	10,1	104
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	11,98	1,8	4,9	10,1	90
2011	290	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	35,31	19,7	23,3	2,8	286
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	20,73	3,8	6,3	24,1	164
		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	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	19,01	1	0,2	18,4	83
<b>Итого</b>				<b>109,15</b>	<b>33</b>	<b>41,3</b>	<b>96,5</b>	<b>873</b>
<b>Всего</b>				<b>276,52</b>	<b>55,8</b>	<b>68,9</b>	<b>238,6</b>	<b>1768</b>

повар

Голянова О.В.