Утверждаю

И.О. Директора
МКОУ СОШс.Малиновка
_____ /Задирако Т.В/

МЕНЮ

28 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	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	26,20	5,8	8,1	29,2	208
2011	298	ЗРАЗЫ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ	120	52,71	23,1	30	8,5	380
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	36,37	1,1	0,2	3,9	25
		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	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,26	0,1		11,9	47
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	330	64,10	1,2	1,2	28,5	137
Итого				**186,89**	**35,5**	**40**	**108,4**	**922**
обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	8,66	1	0,1	9,6	43
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	41,68	11,3	18	16,5	264
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ	120	26,55	7,3	19,6	12,1	245
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	17,40	7,2	8,9	44,1	278
		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	20,20			18,2	72
Итого				**120,63**	**31,7**	**47,1**	**131,5**	**1048**
Всего				**307,52**	**67,2**	**87,1**	**239,9**	**1970**

повар: _____ Голянова О.В.