

Утверждаю

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



МЕНЮ
29 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	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	43,09	24,8	29,7	30,5	471
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	100	32,53	3,3	5,2	6,7	86
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	5,06	0,2		11,8	48
		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 (ГРУША)	250	78,95	0,9	0,7	23,2	106
Итого				164,88	33,4	36,1	98,6	836
обед								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	9,26	1,4	5,1	9,2	89
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	12,77	2,2	5,1	15,1	112
2011	290	ПТИЦА ИЛИ КРОЛИК, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	120	44,29	25	29,5	3,4	361
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	20,75	3,8	6,4	24,2	165
		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	19,02	1	0,2	18,4	83
Итого				112,24	38,3	46,8	101,3	956
Всего				277,12	71,7	82,9	199,9	1792

повар

Голянова О.В.