

Утверждаю

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



МЕНЮ

31 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	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	17,40	7,2	8,9	44,1	278
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	100	57,26	13,3	36	7,8	392
2011	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	21,88	4,9	9,9	6,6	136
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	2,26	0,1		11,9	47
		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
Итого				104,05	29,7	55,3	96,8	978
обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	36,38	1	0,2	3,5	22
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	11,34	2,5	5,1	21,2	138
2011	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	280	64,59	31	37,2	22,8	529
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	40	3,60	2,9	0,2	18,3	85
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,40	2,6	0,4	17	82
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	11,46	0,2	0,2	25,3	103
Итого				130,77	40,2	43,3	108,1	959
Всего				234,82	69,9	98,6	204,9	1937

повар _____

Голянова О.В.