

Утверждаю

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

# МЕНЮ

3 апреля 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>								
2012	343	РАГУ ОВОЩНОЕ (2 ВАРИАНТ)	180	26,07	3,3	7	17,4	144
2011	277	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	100	31,53	8,9	18,6	7,9	227
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,26	0,1		11,9	47
		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	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)	250	78,95	0,9	0,7	23,2	106
<b>Итого</b>				<b>144,96</b>	<b>18,1</b>	<b>26,8</b>	<b>91,4</b>	<b>670</b>
<b>обед</b>								
2011	43	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	100	28,61	6	9,7	4,2	128
2011	116	СУП С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	9,77	2,6	5,1	21,6	139
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	280	79,38	20,9	49,3	26,6	610
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,09	0,6		28,1	111
		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
<b>Итого</b>				<b>132,00</b>	<b>35</b>	<b>64,6</b>	<b>111,5</b>	<b>1134</b>
<b>Всего</b>				<b>276,96</b>	<b>53,1</b>	<b>91,4</b>	<b>202,9</b>	<b>1804</b>

повар



Голянова О.В.