

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 апреля 2023 г.

ОВЗ 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	200	20,84	5,9	11	38,2	269
2011	401	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	80/20	30,46	10,8	14,8	43,8	342
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	11,78	4,2	3,8	0,2	49
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	50	4,50	3,6	0,3	22,8	107
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	4,81	0,2		11,8	48
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)	300	94,74	1,1	0,8	27,8	127
Итого				167,13	25,8	30,7	144,6	942
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ)	100	22,66	0,8	0,1	2,5	14
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	13,67	1,9	5,8	10,3	99
2011	290	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	32,54	18	21,6	2,8	265
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	22,71	3,9	6,3	24,8	168
		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
Итого				116,74	30,5	34,5	89,8	775
Всего				283,87	56,3	65,2	234,4	1717

повар

О.В.

Голянова О.В.