

Утверждаю

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



# МЕНЮ

6 апреля 2023 г.

7-11 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда            | Выход  | Цена, руб.   | Химический состав |             |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|-------------------------------|--------|--------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
|                  |               |                               |        |              | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |                               |        |              |                   |             |             |                               |
| 2011             | 43            | САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ               | 80     | 18,65        | 2,7               | 5,8         | 3,2         | 77                            |
| 2011             | 204           | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ     | 150    | 29,58        | 12                | 12,5        | 38,6        | 307                           |
| 2011             | 376           | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 185/15 | 1,68         | 0,1               |             | 11,9        | 47                            |
|                  |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ          | 30     | 2,70         | 2,2               | 0,2         | 13,7        | 64                            |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                   | 20     | 1,70         | 1,3               | 0,2         | 8,5         | 41                            |
| 2011             | 338           | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) | 100    | 19,43        | 0,4               | 0,4         | 8,6         | 41                            |
| <b>Итого</b>     |               |                               |        | <b>73,74</b> | <b>18,7</b>       | <b>19,1</b> | <b>84,5</b> | <b>577</b>                    |
| <b>Всего</b>     |               |                               |        | <b>73,74</b> | <b>18,7</b>       | <b>19,1</b> | <b>84,5</b> | <b>577</b>                    |

повар

Голянова О.В.