

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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 | 259 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 200 | 56,49 | 15 | 35,3 | 18,9 | 436 |
| 2011 | 410.1 | ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА | 100 | 62,42 | 28,4 | 16,8 | 52,2 | 467 |
| 2011 | 377 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 185/15/7 | 4,77 | 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 |
| Итого | | | | 128,93 | 47,8 | 52,6 | 109,3 | 1076 |
| обед | | | | | | | | |
| 2012 | 31 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ | 100 | 21,22 | 4,7 | 9,7 | 6,6 | 133 |
| 2011 | 84 | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 24,70 | 12,1 | 6,6 | 33,7 | 241 |
| 2012 | 256 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ | 120 | 47,53 | 22,8 | 13,2 | 8 | 232 |
| 2011 | 304 | РИС ОТВАРНОЙ | 180 | 13,92 | 4,3 | 6,9 | 43,8 | 249 |
| | | 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 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 8,00 | 0,6 | | 28,1 | 111 |
| Итого | | | | 121,52 | 49,4 | 36,9 | 151,2 | 1112 |
| Всего | | | | 250,45 | 97,2 | 89,5 | 260,5 | 2188 |

повар

О.В.

Голянова О.В.