

Утверждаю

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



МЕНЮ

10 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	
Завтрак								
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	22,72	3,9	6,4	24,9	168
2011	298	ЗРАЗЫ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ	100	47,95	22,5	28,7	5,4	355
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	33,13	1,1	0,2	3,7	23
		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
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,21	0,1		11,9	47
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	200	38,85	0,7	0,7	17,2	83
Итого				150,11	32,5	36,5	89,5	801
обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	11,00	1,2	0,1	10,7	49
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	22,61	7,5	8,4	21,8	187
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ	100	25,51	6,9	18	10,9	226
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	16,04	7,2	8,9	44,1	278
		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	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	20,12			18,2	72
Итого				101,43	27,7	35,9	136,7	958
Всего				251,54	60,2	72,4	226,2	1759

повар

Голянова О.В.