

Утверждаю

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



МЕНЮ

11 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	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	44,96	25,8	30,8	30,5	484
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	100	27,34	2,8	5,2	5,6	79
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	4,76	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
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	300	58,28	1,1	1,1	25,9	124
Итого				140,59	34,1	37,6	100,2	860
обед								
2008	56	ИКРА МОРКОВНАЯ	100	13,78	1,8	7,6	8,2	106
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	16,93	5,8	6,6	39,7	237
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	32,84	13,4	11,2	3,3	176
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	25,97	5,3	7,9	27,1	195
		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	19,02	1	0,2	18,4	83
Итого				114,69	32,2	34	127,7	943
Всего				255,28	66,3	71,6	227,9	1803

повар

Голянова О.В.