

Утверждаю

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



МЕНЮ
12 апреля 2023 г.

ОВЗ 12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ И ДРУГИХ КРУП	200	20,57	9,7	12,5	42,4	312
2011	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	70	39,86	11,5	9	6	146
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	30	2,70	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	2	0,3	12,7	61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	38,85	0,7	0,7	17,2	83
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	200	11,69	3,9	3,6	22,9	136
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ						
Итого				116,22	30	26,3	114,9	802
обед								
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	100	13,99	1,5	6,1	6,2	85
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	9,34	2,6	2,8	17,1	102
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	38,76	19	30,4	6,8	359
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	35,50	6,3	5,2	22,7	163
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	40	3,60	2,9	0,2	18,3	85
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	2	0,3	12,7	61
2008		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,00	0,6		28,1	111
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ						
Итого				111,74	34,9	45	111,9	966
Всего				227,96	64,9	71,3	226,8	1768

повар

О.В. Голянова

Голянова О.В.