

Утверждаю

И.О. Директора  
МКОУ СОШс.Малиновка

*Задирко Т.В.* /Задирко Т.В./

# МЕНЮ

13 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	
<b>Завтрак</b>								
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	16,92	7,3	9,5	44,1	283
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	100	34,40	8,9	21,8	6,9	249
2011	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	24,48	5,1	9,9	7,4	139
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	2,21	0,1		11,9	47
		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
<b>Итого</b>				<b>83,26</b>	<b>25,6</b>	<b>41,7</b>	<b>96,7</b>	<b>843</b>
<b>обед</b>								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	36,45	1	0,2	3,5	22
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	11,83	2,6	2,8	21,8	121
2011	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	250	53,18	23,5	28,9	21,9	425
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	40	3,60	2,9	0,2	18,3	85
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,40	2,6	0,4	17	82
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	11,37	0,2	0,2	25,3	103
<b>Итого</b>				<b>119,83</b>	<b>32,8</b>	<b>32,7</b>	<b>107,8</b>	<b>838</b>
<b>Всего</b>				<b>203,09</b>	<b>58,4</b>	<b>74,4</b>	<b>204,5</b>	<b>1681</b>

повар

*Голянова О.В.* Голянова О.В.