

Утверждаю

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



# МЕНЮ

20 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	43	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	33,42	6,2	11	5	142
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	38,47	15,3	16,5	47,4	390
		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 (ЯБЛОКО)	300	58,28	1,1	1,1	25,9	124
<b>Итого</b>				<b>137,63</b>	<b>26,9</b>	<b>29,1</b>	<b>116,6</b>	<b>828</b>
<b>обед</b>								
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	150	29,77	1,5	7,7	4,4	96
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	19,93	11,3	5,8	30,4	217
2011	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	120	42,70	12	29	8,5	328
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	32,24	5,6	5,2	21	153
		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	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	11,36	0,2	0,2	25,3	103
<b>Итого</b>				<b>142,15</b>	<b>35,5</b>	<b>48,4</b>	<b>120,6</b>	<b>1043</b>
<b>Всего</b>				<b>279,78</b>	<b>62,4</b>	<b>77,5</b>	<b>237,2</b>	<b>1871</b>

повар

Голянова О.В.