

Утверждаю

И.О. Директора
МКОУ СОШс.Малиновка
Задирако Т.В.

МЕНЮ

25 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	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	190	45,73	26	31,5	32,1	498
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)	250	48,56	0,9	0,9	21,6	103
Итого				131,64	34,1	38,1	97,5	853
обед								
2008	56	ИКРА МОРКОВНАЯ	100	13,78	1,8	7,6	8,2	106
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	15,43	2,4	6,2	15,6	125
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	33,00	13,3	11,1	3,3	175
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	20,61	3,8	6,3	24,1	164
		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				107,99	27,2	31,9	100,6	799
Всего				239,63	61,3	70	198,1	1652

повар

Голянова О.В.