

Утверждаю



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

МЕНЮ

2 мая 2023 г.

ОВЗ 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2012	343	РАГУ ОВОЩНОЕ (2 ВАРИАНТ)	180	32,59	4,7	7	22,8	172
2011	277	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	100	35,58	10,1	21,4	7,9	254
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,21	0,1		11,9	47
		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
Итого				76,53	19,8	28,9	73,6	619
обед								
2011	43	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	100	29,76	6	9,7	4,2	128
2011	116	СУП С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	9,77	2,6	5,1	21,6	139
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	280	79,38	20,9	49,3	26,6	610
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,00	0,6		28,1	111
		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
Итого				133,06	35	64,6	111,5	1134
Всего				209,59	54,8	93,5	185,1	1753

повар _____

Голянова О.В.