

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 мая 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	
Завтрак								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	57,50	13,2	37,9	28,4	491
2011	410.1	ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	100	62,64	28,4	16,8	52,2	467
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	4,77	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
Итого				130,16	46	55,2	118,8	1131
обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	26,09	4,4	22,7	13,5	274
2011	84	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250	23,41	12,1	6,6	33,7	241
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	120	67,34	35,8	17,2	8	316
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	13,92	4,3	6,9	43,8	249
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	40	3,60	2,9	0,2	18,3	85
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,3	0,2	8,5	41
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	19,55	1,7		48	189
Итого				155,61	62,5	53,8	173,8	1395
Всего				285,77	108,5	109	292,6	2526

повар

О.В.

Голянова О.В.

Итого | 155,61 | 62,5 | 53,8 | 173,8 | 1395 |