

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	20,62	3,8	6,3	24,1	164
2011	298	ЗРАЗЫ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ	120	52,08	24,4	32	5,9	391
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	35,02	1,1	0,2	3,8	24
		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
Итого				115,18	33,6	39	72,1	751
обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	23,32	0,8	0,1	2,5	14
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	18,83	5,4	18,2	21,7	263
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ	100	31,84	7,4	27,5	14	322
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	16,04	7,2	8,9	44,1	278
		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	347.2	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	200	89,85			18,2	72
Итого				186,03	25,7	55,2	131,5	1095
Всего				301,21	59,3	94,2	203,6	1846

повар



Голянова О.В.

2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ	100	31,84	7,4	27,5	14	322
------	-----	--------------------------	-----	-------	-----	------	----	-----