

Утверждаю

Директор
МКОУ СОШс.Малиновка
/Задирако Т.В./

МЕНЮ

17 мая 2023 г.

ОВЗ 12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2012	343	РАГУ ОВОЩНОЕ (2 ВАРИАНТ)	180	32,60	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
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	250	48,56	0,9	0,9	21,6	103
Итого				125,10	20,7	29,8	95,2	722
обед								
2011	43	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	100	71,13	7,3	23,2	8,2	268
2011	116	СУП С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	9,77	2,6	5,1	21,6	139
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	280	99,71	26,8	62,9	26,6	750
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				194,76	42,2	91,7	115,5	1414
Всего				319,86	62,9	121,5	210,7	2136

повар



Голянова О.В.