

Утверждаю

Директор
МКОУ СОШс.Малиновка
/Задирако Т.В/

МЕНЮ

18 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								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	23,31	0,8	0,1	2,5	14
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	10,76	6,4	5,8	37,6	223
2011	273	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	33,64	7,9	21,5	9,3	252
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,01	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				81,87	20,6	27,9	108,5	746
обед								
рецеп-2012	25	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	15,69	1,7	5,2	9,1	90
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	14,34	2,1	5,7	12,1	107
2011	260	ГУЛЯШ	100	41,00	11,4	29,4	3,4	311
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	16,05	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	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	14,07			18,2	72
Итого				107,30	27,3	49,7	117,9	1004
Всего				189,17	47,9	77,6	226,4	1750

повар



Голянова О.В.