

Утверждаю

Директор
МКОУ СОШс.Малиновка

Задирко
Задирко Т.В.

МЕНЮ

23 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	51,53	12,7	28,3	25,5	395
2011	410.1	ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	120	31,17	11,9	8,9	7,3	158
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				92,72	29	37,7	71	726
обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	9,30	1,1	5,1	6,6	76
2011	84	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250	19,41	8,3	5,4	26	184
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	120	64,31	40,3	15,5	6	309
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	8,48	4,3	8,2	43,7	260
		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	7,99	0,6		28,1	111
Итого				114,79	58,8	34,6	137,2	1066
Всего				207,51	87,8	72,3	208,2	1792
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	30	2,70	2,2	0,2	13,7	64

повар

О.В.

Голянова О.В.