

Утверждаю

Директор
МКОУ СОШ с. Малиновка
/Задирко Т. В./

МЕНЮ

24 мая 2023 г.

ОВЗ 12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	18,11	3,3	6,6	25,7	171
2011	298	ЗРАЗЫ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ	120	37,15	21,6	31,2	4,6	369
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				97,74	30,3	38,5	72,4	736
обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	23,32	0,8	0,1	2,5	14
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	8,27	1,2	4,8	8,8	81
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ	100	21,35	5,9	15,9	6	184
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,93	7,2	10,4	44	291
		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	31,26			18,2	72
Итого				100,28	20	31,7	110,5	788
Всего				198,02	50,3	70,2	182,9	1524

повар



Голянова О.В.