

Утверждаю

Директор

МКОУ СОШс.Малиновка
И. Задирако Т.В.

МЕНЮ

26 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								
2012	343	РАГУ ОВОЩНОЕ (2 ВАРИАНТ)	180	11,97	1,7	8,2	7,8	108
2011	277	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	100	26,85	7,5	18,1	6,1	209
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
Итого				47,18	14,2	26,8	56,8	510
обед								
2011	43	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	100	56,03	3,3	0,3	7,5	51
2011	116	СУП С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	9,42	2,6	3,2	21,6	123
2011	171.3	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ ИЛИ ПЕРЛОВАЯ	180	6,79	13,1	1,5	90,4	421
2011	290	ПТИЦА ИЛИ КРОЛИК, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	65,15	39,9	41,9		511
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,74	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				151,28	64,4	47,4	178,6	1363
Всего				198,46	78,6	74,2	235,4	1873

повар,

О.В.

Голянова О.В.