

Утверждаю

.и.о директора

МКОУ СОШ с.МАЛИНОВКА

/Терехова А.И./



МЕНЮ

3 октября 2024 г.

ОВЗ 7-11 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|-----------------------------|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 287\ | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ "ЕЖИКИ" | 100 | 29,14 | 1,50 | 2,80 | 11,30 | 74,00 |
| 2011 | 143 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 150 | 22,09 | 3,00 | 6,30 | 17,00 | 134,00 |
| ТТК | 2 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ | 30 | 2,70 | 2,00 | 0,20 | 17,60 | 82,00 |
| ТТК | 1 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,70 | 1,30 | 0,20 | 8,20 | 40,00 |
| ТТК | 16 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200/5 | 8,85 | 1,30 | 1,50 | 9,00 | 56,00 |
| Итого | | | | 64,48 | 9,10 | 11,00 | 63,10 | 386,00 |
| обед | | | | | | | | |
| 2011 | 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 100 | 10,66 | 1,50 | 4,10 | 8,50 | 76,00 |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 200 | 37,77 | 10,20 | 2,60 | 13,30 | 114,00 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ | 55/35 | 33,88 | 10,40 | 25,70 | 3,10 | 274,00 |
| 2011 | 171.1 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ | 150 | 12,44 | 3,00 | 5,30 | 27,00 | 170,00 |
| ТТК | 17 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 10,19 | 0,70 | 0,30 | 19,10 | 94,00 |
| ТТК | 2 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ | 60 | 5,40 | 3,90 | 0,50 | 25,40 | 120,00 |
| ТТК | 1 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,55 | 1,90 | 0,30 | 12,30 | 59,00 |
| Итого | | | | 112,89 | 31,60 | 38,80 | 108,70 | 907,00 |
| Всего | | | | 177,37 | 40,70 | 49,80 | 171,80 | 1 293,00 |

повар

Голянова О.В.