

Утверждаю

.и.о директора
МКОУ СОШс.Малиновка
/Терехова А.И/

МЕНЮ
7 октября 2024 г.

ОВЗ 7-11 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								
2012	267	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (ИЗ ФАРША)	200	47,26	14,20	6,90	16,60	189,00
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	7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10/15	10,58	0,40	0,00	10,70	47,00
ТТК	11	ФРУКТ (БАНАН)	200	39,90	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого				102,14	19,40	7,80	74,10	454,00
обед								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	27,24	1,00	4,20	3,70	58,00
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	200	27,85	6,50	14,70	14,20	208,00
2011	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	40,61	20,20	21,90	19,80	347,00
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	10,18	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				113,83	34,20	41,90	94,50	886,00
Всего				215,97	53,60	49,70	168,60	1 340,00

повар



Голянова О.В.