

Утверждаю

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



# МЕНЮ

18 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   |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |                             |        |               |                   |              |               |                               |
| 2011             | 210           | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ           | 180    | 53,20         | 10,00             | 17,40        | 2,90          | 199,00                        |
| 2011             | 71            | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ    | 60     | 18,34         | 0,60              | 0,10         | 7,30          | 33,00                         |
| ТТК              | 19            | ЧАЙ С САХАРОМ               | 200/10 | 2,14          | 0,00              | 0,00         | 9,90          | 40,00                         |
| 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                         |
| <b>Итого</b>     |               |                             |        | <b>78,08</b>  | <b>13,90</b>      | <b>17,90</b> | <b>45,90</b>  | <b>394,00</b>                 |
| <b>обед</b>      |               |                             |        |               |                   |              |               |                               |
| 2012             | 77            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ  | 200    | 21,04         | 6,00              | 6,00         | 16,30         | 140,00                        |
| 2008             | 265           | ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ             | 200    | 33,70         | 10,90             | 27,40        | 34,50         | 415,00                        |
| ТТК              | 4             | ФРУКТ (ЯБЛОКО)              | 100    | 23,82         | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00                         |
| 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                         |
| 2008             | 441           | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200    | 11,12         | 0,70              | 0,30         | 27,00         | 123,00                        |
| <b>Итого</b>     |               |                             |        | <b>97,63</b>  | <b>23,80</b>      | <b>34,90</b> | <b>125,30</b> | <b>904,00</b>                 |
| <b>Всего</b>     |               |                             |        | <b>175,71</b> | <b>37,70</b>      | <b>52,80</b> | <b>171,20</b> | <b>1 298,00</b>               |

повар

Голянова О.В.