

Утверждаю

.и.о директора
МКОУ СОШс.Малиновка
/Евстегнеева С В/



МЕНЮ с.МАЛИНОВКА
22 ноября 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 | | | | | | | | |
| 2011 | 210 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 180 | 53,19 | 10,00 | 17,40 | 2,90 | 199,00 |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ | 60 | 18,34 | 0,60 | 0,10 | 7,30 | 33,00 |
| 2011 | 14 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 11,20 | 0,10 | 7,20 | 0,10 | 67,00 |
| 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 |
| Итого | | | | 89,27 | 14,00 | 25,10 | 46,00 | 461,00 |
| обед | | | | | | | | |
| ТТК | 8 | НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ОГУРЕЦ/ПОМИДОР/ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ) | 100 | 35,70 | 1,00 | 0,10 | 3,60 | 21,00 |
| 2012 | 77 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ | 200 | 21,04 | 6,00 | 6,00 | 16,30 | 140,00 |
| 2008 | 265 | ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ | 200 | 34,98 | 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 |
| Итого | | | | 134,61 | 24,80 | 35,00 | 128,90 | 925,00 |
| Всего | | | | 223,88 | 38,80 | 60,10 | 174,90 | 1 386,00 |

повар

Голянова О.В.