

Утверждаю

Директор
МБОУ СОШ №1 г. Поронайска
/Скрипник А.А./



МЕНЮ
10 сентября 2024 г.

ОВЗ 12-18

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	171.2	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	180	12,16	4,20	4,60	43,70	233,00
2012	267	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ	250	68,83	19,80	7,60	22,20	238,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	210/15/7	8,03	0,40	0,00	1,10	9,00
2011	2	ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ	40	3,16	3,10	0,30	20,10	95,00
2011	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,40	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				94,58	29,50	12,80	99,80	636,00
Обед								
2011	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	250	48,75	22,00	22,80	24,90	1 106,00
2011	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ОГУРЕЦ / ПОМИДОР/СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ))	100	35,58	1,00	0,10	3,60	21,00
2011	2	ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ	70	5,53	5,30	0,40	35,10	166,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,20	2,70	0,40	17,00	82,00
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	2,84	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого				95,90	31,00	23,70	80,60	1 375,00
Всего				190,48	60,50	36,50	180,40	2 011,00