

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
16 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	
<b>Завтрак</b>								
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	33,03	14,80	15,00	53,30	409,00
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	30,62	1,10	0,20	3,80	24,00
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	11,20	0,10	8,30	0,10	75,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,22	0,10	0,00	9,90	40,00
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
<b>Итого</b>				<b>81,63</b>	<b>21,20</b>	<b>24,10</b>	<b>99,90</b>	<b>704,00</b>
<b>Обед</b>								
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	26,07	7,40	8,80	11,40	352,00
2011	263	РАГУ ОВОЩНОЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	250	77,18	19,80	17,60	25,40	339,00
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	375	КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	200	13,90	0,10	0,00	20,10	83,00
<b>Итого</b>				<b>161,46</b>	<b>36,30</b>	<b>27,30</b>	<b>112,60</b>	<b>1 043,00</b>
<b>Всего</b>				<b>243,09</b>	<b>57,50</b>	<b>51,40</b>	<b>212,50</b>	<b>1 747,00</b>