

Утверждаю



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

МЕНЮ

17 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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	32,22	8,90	11,90	43,70	319,00
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	9,46	3,50	4,40	0,00	55,00
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	11,20	0,10	8,30	0,10	75,00
2011	382	КАКАО НА МОЛОКЕ	205	22,33	6,70	5,60	24,70	178,00
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
2008		банан	299	85,39	3,20	1,10	44,00	201,00
Итого				166,16	27,50	31,90	145,30	984,00
Обед								
2008	77	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	250	34,59	6,80	7,00	17,80	162,00
2011	177.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	13,59	10,40	7,50	47,20	298,00
2011	290	ПТИЦА ИЛИ КРОЛИК, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	120	30,61	20,40	19,80	3,10	1 033,00
2011	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ОГУРЕЦ / ПОМИДОР/СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ))	100	35,59	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	350	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	200	19,29	0,20	0,10	15,60	66,00
2008		банан	362	103,30	3,80	1,30	53,30	244,00
Итого				245,70	50,60	36,60	192,70	2 072,00
Всего				411,86	78,10	68,50	338,00	3 056,00