

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 сентября 2024 г.

Инвалид



| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 11,17 | 5,50 | 5,40 | 34,90 | 211,00 |
| 2011 | 255 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 100 | 38,34 | 16,60 | 11,10 | 2,80 | 198,00 |
| 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 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,46 | 0,20 | 0,00 | 10,10 | 41,00 |
| Итого | | | | 56,53 | 27,40 | 17,10 | 80,60 | 606,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 104 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 | 43,98 | 9,70 | 9,80 | 19,30 | 205,00 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 29,90 | 4,40 | 7,00 | 30,40 | 203,00 |
| 2012 | 255 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 120 | 40,30 | 13,10 | 7,20 | 5,20 | 138,00 |
| 2011 | 8 | НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ОГУРЕЦ / ПОМИДОР/СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ)) | 100 | 35,71 | 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 | 25,65 | 0,20 | 0,10 | 11,20 | 50,00 |
| Итого | | | | 184,27 | 36,40 | 25,00 | 121,80 | 865,00 |
| Всего | | | | 240,80 | 63,80 | 42,10 | 202,40 | 1 471,00 |