

Утверждаю

Директор
МБОУ СОШ №10 Горноайска
(Скрипник А.А.)



МЕНЮ

4 октября 2024 г.

ОВЗ 7-11

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	84,69	17,00	23,30	3,50	292,00
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	100	30,64	1,10	0,20	3,80	24,00
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	11,20	0,10	8,30	0,10	75,00
2011	2	ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ	30	2,37	2,30	0,20	15,10	71,00
2011	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,60	1,30	0,20	8,50	41,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,37	0,10	0,00	9,90	40,00
Итого				131,87	21,90	32,20	40,90	543,00
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	21,02	5,50	5,50	17,30	268,00
2011	265	ПЛОВ СО СВИНИНОЙ	200	21,30	7,60	9,70	43,00	291,00
2008	25	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ОГУРЕЦ/ СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ)	100	35,24	1,00	0,10	3,60	20,00
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	17,77	1,00	0,20	19,60	83,00
2011	2	ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ	60	4,74	4,60	0,40	30,10	142,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,40	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				102,47	21,70	16,20	126,30	865,00
Всего				234,34	43,60	48,40	167,20	1 408,00