

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 октября 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		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,40	2,00	0,30	12,70	61,00
2011	2	ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ	40	3,16	3,10	0,30	20,10	95,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,22	0,10	0,00	9,90	40,00
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	93,21	18,70	25,70	3,90	322,00
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	100	30,63	1,10	0,20	3,80	24,00
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	11,20	0,10	8,30	0,10	75,00
Итого				141,82	25,10	34,80	50,50	617,00
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ	250	26,55	7,00	7,00	21,70	336,00
2011	265	ПЛОВ СО СВИНИНОЙ	250	80,51	25,00	25,50	53,70	545,00
2008	25	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ОГУРЕЦ/ СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ)	100	35,58	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	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
Итого				169,14	42,00	33,60	150,70	1 232,00
Всего				310,96	67,10	68,40	201,20	1 849,00