

Утверждаю

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



МЕНЮ

21 ноября 2024 г.

ОВЗ 7-11

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2011	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	33,64	3,00	6,50	17,80	142,00
2011	278	ТЕФТЕЛИ "ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ	100	47,63	12,40	14,70	12,10	230,00
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
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	205	8,79	2,40	1,70	18,60	100,00
Итого				94,03	21,40	23,30	72,10	584,00
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	30,77	10,50	7,60	15,00	171,00
2011	177.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	11,73	8,70	6,30	39,40	248,00
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	10,61	1,50	4,10	9,00	79,00
2011	260	ГУЛЯШ	90	125,28	12,30	11,40	12,40	203,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,40	2,00	0,30	12,70	61,00
2011	2	ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ	60	4,74	4,60	0,40	30,10	142,00
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	9,28	0,70	0,30	23,90	113,00
Итого				194,81	40,30	30,40	142,50	1 017,00
Всего				288,84	61,70	53,70	214,60	1 601,00