

Утверждаю

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



МЕНЮ
3 декабря 2024 г.

ОВЗ 7-11

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	25,03	3,70	6,00	25,30	170,00
2011	268	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	100	48,32	14,60	15,60	7,40	228,00
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	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	9,17	0,40	0,00	10,80	47,00
Итого				86,49	22,30	22,00	67,10	557,00
Обед								
2011	82	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	31,72	5,90	10,00	14,90	174,00
2012	166	РИС С ОВОЩАМИ (МОРКОВЬ, КУКУРУЗА)	150	13,41	2,90	4,10	27,80	160,00
2011	233	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	41,84	10,50	15,00	7,80	210,00
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	29,82	0,80	0,10	2,50	14,00
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	375	КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	200	7,76	0,50	0,20	26,40	119,00
Итого				131,69	27,20	30,10	122,20	880,00
Всего				218,18	49,50	52,10	189,30	1 437,00