

Утверждаю

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



МЕНЮ
28 января 2025 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	24,97	3,70	6,00	25,30	170,00
2011	268	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	100	50,70	14,80	18,20	8,80	258,00
2011	2	ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ	30	2,55	2,30	0,20	15,10	71,00
2011	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,68	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				89,07	22,50	24,60	68,50	587,00
Обед								
2011	82	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	32,05	5,90	10,00	14,90	174,00
2012	166	РИС С ОВОЩАМИ (МОРКОВЬ, КУКУРУЗА)	150	18,02	5,80	4,50	59,10	301,00
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	110	37,84	10,90	9,80	7,30	161,00
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	29,90	0,80	0,10	2,50	14,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,52	2,00	0,30	12,70	61,00
2011	2	ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ	60	5,10	4,60	0,40	30,10	142,00
2011	375	КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	200	14,17	0,10	0,00	20,10	83,00
Итого				139,60	30,10	25,10	146,70	936,00
Всего				228,67	52,60	49,70	215,20	1 523,00