

Утверждаю

Директор
МБОУ СОШ №1 Породнайска
А.А. /

МЕНЮ
31 января 2025 г.

ОВЗ 12-18



| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|-------------------------------------|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 204 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 125 | 22,89 | 10,30 | 10,40 | 37,00 | 284,00 |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ) | 100 | 30,67 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 24,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,52 | 2,00 | 0,30 | 12,70 | 61,00 |
| 2011 | 2 | ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ | 40 | 3,40 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,24 | 0,10 | 0,00 | 9,90 | 40,00 |
| Итого | | | | 60,72 | 16,60 | 11,20 | 83,50 | 504,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ | 250 | 31,31 | 7,20 | 8,80 | 9,70 | 344,00 |
| 2011 | 128 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 180 | 33,15 | 3,70 | 20,40 | 25,10 | 300,00 |
| 2011 | 139 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 220 | 45,74 | 11,10 | 16,70 | 12,40 | 245,00 |
| 2011 | 2 | ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ | 70 | 5,95 | 5,30 | 0,40 | 35,10 | 166,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,36 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 82,00 |
| 2011 | 375 | КОМПОТ ЯГОДНЫЙ | 200 | 13,90 | 0,10 | 0,00 | 20,10 | 83,00 |
| Итого | | | | 133,41 | 30,10 | 46,70 | 119,40 | 1 220,00 |
| Всего | | | | 194,13 | 46,70 | 57,90 | 202,90 | 1 724,00 |