

Утверждаю

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



МЕНЮ

11 марта 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	24,96	3,70	6,00	25,30	170,00
2011	268	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	100	49,53	14,70	15,60	8,20	232,00
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	9,05	0,40	0,00	10,70	47,00
Итого				87,77	22,40	22,00	67,80	561,00
Обед								
2011	82	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	31,66	5,90	10,00	14,90	174,00
2012	166	РИС С ОВОЩАМИ (МОРКОВЬ, КУКУРУЗА)	150	13,38	2,90	4,10	27,80	160,00
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	110	35,29	1,20	1,40	7,30	46,00
2011	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ОГУРЕЦ / ПОМИДОР/СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ))	100	35,61	1,00	0,10	3,60	21,00
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	14,18	0,10	0,00	20,10	83,00
Итого				137,74	17,70	16,30	116,50	687,00
Всего				225,51	40,10	38,30	184,30	1 248,00