

Утверждаю

МБОУ СОШ №1 г. Поронайска

Директор
Скрипник А.А.



МЕНЮ

11 марта 2025 г.

ОВЗ 12-18

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	180	29,97	4,40	7,20	30,30	204,00
2011	268	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	120	35,66	17,10	8,10	9,80	199,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	8,95	0,40	0,00	10,70	47,00
2011	2	ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ	40	3,40	3,10	0,30	20,10	95,00
2011	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,52	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				80,50	27,00	15,90	83,60	606,00
Обед								
2011	82	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	19,93	2,20	8,50	14,90	146,00
2012	166	РИС С ОВОЩАМИ (МОРКОВЬ, КУКУРУЗА)	180	21,07	3,90	4,60	32,50	188,00
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	150	48,06	1,60	1,80	9,90	62,00
2011	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ОГУРЕЦ / ПОМИДОР/СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ))	100	35,60	1,00	0,10	3,60	21,00
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	14,18	0,10	0,00	20,10	83,00
Итого				148,15	16,80	15,80	133,10	748,00
Всего				228,65	43,80	31,70	216,70	1 354,00