

Утверждаю

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



# МЕНЮ

18 марта 2025 г.

ОВЗ 12-18

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                    | Выход    | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------|----------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                       |          |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                       |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 171.2               | КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ                              | 180      | 10,89         | 4,90              | 3,10    | 51,20            | 252,00                                   |
| 2011                          | 234                 | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ<br>РЫБНЫЕ                         | 150      | 76,03         | 10,20             | 19,30   | 11,50            | 261,00                                   |
| 2011                          | 377                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                         | 210/15/7 | 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                         |                     |                                                       |          | 101,79        | 20,60             | 23,00   | 106,20           | 716,00                                   |
| Обед                          |                     |                                                       |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 96                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ                              | 250      | 34,59         | 6,80              | 7,40    | 18,10            | 166,00                                   |
| 2011                          | 291                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА                             | 250      | 46,00         | 26,10             | 28,60   | 74,40            | 1 370,00                                 |
| 2011                          | 8                   | НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ ( ОГУРЕЦ /<br>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                          | 388                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА                        | 200      | 10,15         | 0,70              | 0,30    | 19,10            | 94,00                                    |
| Итого                         |                     |                                                       |          | 135,65        | 42,60             | 37,20   | 167,30           | 1 899,00                                 |
| Всего                         |                     |                                                       |          | 237,44        | 63,20             | 60,20   | 273,50           | 2 615,00                                 |