

Утверждаю



директор  
ОУ Плоскинская ООШ  
Злобина Е Н/

# МЕНЮ

10 апреля 2024 г.

многод, ОВЗ, 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
208		ЙОГУРТ	126	2,50	1,90	3,80	60,00
2011	399	БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ ПОВИДЛОМ	226	18,50	23,30	111,80	727,00
2008	430	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,20	0,10	15,00	60,00
<b>Итого</b>				<b>21,20</b>	<b>25,30</b>	<b>130,60</b>	<b>847,00</b>
<b>Обед</b>							
2008		БАТОН	25	1,90	0,70	12,90	66,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	41,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,40	7,30	46,20	268,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	26,40	109,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	101	24,70	29,60	41,30	530,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СМЕТАНОЙ	250	2,10	5,80	13,50	117,00
<b>Итого</b>				<b>34,60</b>	<b>43,80</b>	<b>148,80</b>	<b>1 131,00</b>
<b>Всего</b>				<b>55,80</b>	<b>69,10</b>	<b>279,40</b>	<b>1 978,00</b>