

Утверждаю

Директор

(МКОУ «Березовская СОШ»)

/Хомченко Е.Г/

## МЕНЮ

6 апреля 2023 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК 6-10 Софин.</b>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	10,09	0,9	1,1	1,8	18
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,16	3,7	4,1	38,9	210
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	21,44	15,9	4,9	3,9	114
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,00	3,3	0,3	14,1	103
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	12,58			18	40
<b>Итого</b>				<b>58,26</b>	<b>23,8</b>	<b>10,4</b>	<b>76,7</b>	<b>485</b>
<b>ЗАВТРАК ОВЗ 6-10 Краев.</b>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,00	0,9	1,1	1,8	18
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	0,00	3,7	4,1	38,9	210
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ С ОВОЩАМИ	120	0,00	16	6,2	4,1	126
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00	3,3	0,3	14,1	103
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,00			18	40
<b>Итого</b>				<b>0,00</b>	<b>23,9</b>	<b>11,7</b>	<b>76,9</b>	<b>497</b>
<b>ЗАВТРАК 11-13 СОФИН</b>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	14,61	0,9	1,1	1,8	18
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	10,88	4,4	3,3	46,6	236
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	21,44	15,9	4,9	3,9	114
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	4,80	5,3	0,5	22,5	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	12,58			18	40
<b>Итого</b>				<b>64,30</b>	<b>26,5</b>	<b>9,8</b>	<b>92,8</b>	<b>573</b>
<b>ЗАВТРАК 11-18 М/Б</b>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	24,24	1,5	1,8	3	29
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	10,88	4,4	3,3	46,6	236
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	21,44	15,9	4,9	3,9	114
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	4,80	5,3	0,5	22,5	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	12,58			18	40
<b>Итого</b>				<b>73,93</b>	<b>27,1</b>	<b>10,5</b>	<b>94</b>	<b>584</b>
<b>ЗАВТРАК 11-18</b>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	24,26	1,5	1,8	3	29
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	10,87	4,4	3,3	46,6	236
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	21,44	15,9	4,9	3,9	114
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	4,80	5,3	0,5	22,5	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	12,58			18	40
<b>Итого</b>				<b>73,94</b>	<b>27,1</b>	<b>10,5</b>	<b>94</b>	<b>584</b>
<b>ЗАВТРАК ОВЗ 11-18 Краев</b>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	24,23	1,5	1,8	3	29
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	10,87	4,4	3,3	46,6	236
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	21,44	15,9	4,9	3,9	114