

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

Т. Л. Рохо-Фернандес/



МЕНЮ 22 сентября 2021 г.

1-4 ОБЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	75/20	34,23	12,9	10,1	18,4	220
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,4		20,2	82
СОК тетрапакет	200	35,00	0,5	0,1	10,1	43
Итого		72,03	13,8	10,2	48,7	345
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200/5	27,41	5,6	8,3	10,4	139
РИС ОТВАРНОЙ	150	8,75	3,7	6,3	32,8	203
ПТИЦА ОТВАРНАЯ (голень)	80	27,53	10,8	10,9	0,3	142
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	80	9,21	1,1	12	7	141
КИСЕЛЬ	200	3,98			28,2	113
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,25	5,3	0,4	35,1	166
Итого		82,13	26,5	37,9	113,8	904
Всего		154,16	40,3	48,1	162,5	1249

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

Г.Л. Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

22 сентября 2021 г.

5-11 ОБЗ



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	75/20	34,23	12,9	10,1	18,4	220
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,4		20,2	82
СОК тетрапакет	200	35,00	0,5	0,1	10,1	43
Итого		72,03	13,8	10,2	48,7	345
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	34,18	7	10,1	12,8	174
РИС ОТВАРНОЙ	180	10,24	4,4	7,6	39,4	244
ПТИЦА ОТВАРНАЯ (голень)	100	34,40	13,6	13,6	0,3	178
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	11,51	1,3	15	8,9	176
КИСЕЛЬ	200	3,98			28,2	113
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,25	5,3	0,4	35,1	166
Итого		99,56	31,6	46,7	124,7	1051
Всего		171,59	45,4	56,9	173,4	1396