

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Г.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

1 октября 2021 г.

1-4 ОБЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	58/5	20,05	8,4	13,8	6	182
КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВ.)	60	13,21	1,6	3,6	4,7	58
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	6,50	0,1	8,3	0,1	75
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,50	1,4	1,6	30,2	141
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,32	2	2,6		32
ХЛЕБ	35	2,63	2,6	0,2	17,1	80
ЙОГУРТ	200	21,67	3,9	2,9	5,8	93
Итого		76,88	20	33	63,9	661
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	25,47	6	14,2	12,7	201
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	45,03	12,2	12,4	15,6	223
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	50	10,79	3,8	8,4	1,6	98
Напиток каркаде	200	4,30			19,8	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,25	5,3	0,4	35,1	166
Итого		90,84	27,3	35,4	84,8	767
Всего		167,72	47,3	68,4	148,7	1428

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Л.Л.Рохо-Фернандес/



МЕНЮ

1 октября 2021 г.

5-11 ОБЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	58/5	20,05	8,4	13,8	6	182
КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВ.)	80	13,44	1,6	4,8	5,1	70
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	6,50	0,1	8,3	0,1	75
ХЛЕБ	35	2,63	2,6	0,2	17,1	80
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,50	1,4	1,6	30,2	141
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	6,32	4,1	5,2		64
ЙОГУРТ	200	21,66	3,9	2,9	5,8	93
Итого		77,10	22,1	36,8	64,3	705
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	25,47	7,4	17,6	16	252
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	45,03	12,2	12,4	15,6	223
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	50	10,79	3,8	8,4	1,6	98
Напиток каркадэ	200	4,30			19,8	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,25	5,3	0,4	35,1	166
Итого		90,84	28,7	38,8	88,1	818
Всего		167,94	50,8	75,6	152,4	1523