



МЕНЮ

11 октября 2021 г.

1-4 ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	19,97	7,1	15,9	27,1	281
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,50	1,4	1,6	30,2	141
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	4,40	1,2	0,4	20,9	92
ПЕЧЕНЬЕ	100	45,00	0,1	0,1	0,7	4
Итого		75,87	9,8	18	78,9	518
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	25,66	6	14,2	12,7	201
РИС ОТВАРНОЙ	150	8,75	3,7	6,3	32,8	203
КОТЛЕТА мясная	80	28,89	10,1	16,4	12,9	238
ПОМИДОР В С/СОКУ	60	14,40	0,7	0,1	2,3	15
КОМПЮТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	200	6,64	0,2		25,6	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,25	5,3	0,4	35,1	166
Итого		89,59	26	37,4	121,4	926
Всего		165,46	35,8	55,4	200,3	1444

МЕНЮ

11 октября 2021 г.

5-11 ОБЗ



И.О. Директора
МБОУ СОШ № 2 г. Томари
С.Н. Кыныраков/

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	23,73	8,5	19,1	32,5	337
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,50	1,4	1,6	30,2	141
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	4,40	1,2	0,4	20,9	92
ПЕЧЕНЬЕ	100	45,00	0,1	0,1	0,7	4
Итого		79,63	11,2	21,2	84,3	574
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	32,10	7,4	17,6	16	252
РИС ОТВАРНОЙ	180	10,24	4,4	7,6	39,4	244
КОТЛЕТА мясная	100	36,16	12,4	20,4	16,2	298
ПОМИДОР В С/СОКУ	80	14,40	0,9	0,2	3,1	19
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	200	6,64	0,2		25,6	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,25	5,3	0,4	35,1	166
Итого		104,79	30,6	46,2	135,4	1082
Всего		184,42	41,8	67,4	219,7	1656