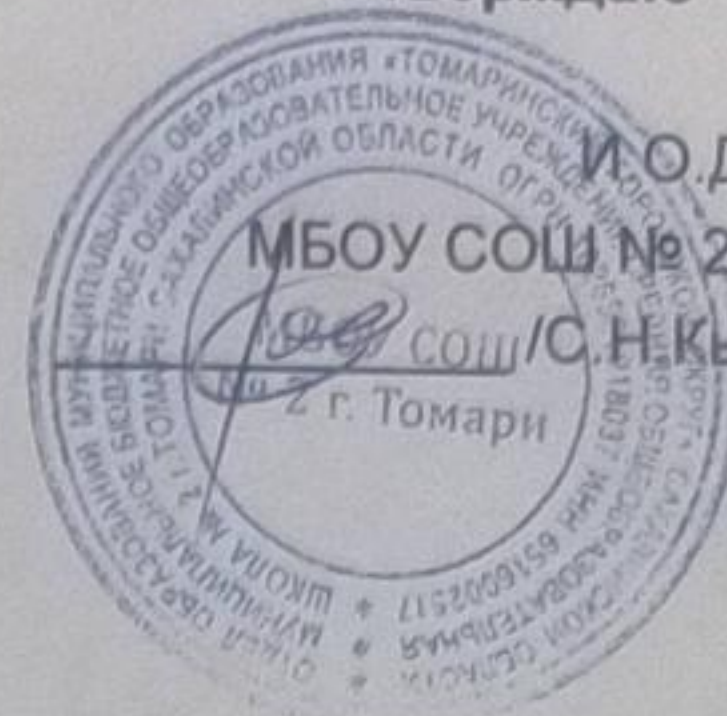


Утверждаю



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

МЕНЮ

14 октября 2021 г.

1-4 ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	11,51	7,7	7,6	31,2	223
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	4,40	1,2	0,4	20,9	92
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,98	0,4		20,2	82
ЙОГУРТ	200	21,67	3,9	2,9	5,8	93
Итого		40,56	13,2	10,9	78,1	490
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	200	17,91	3,4	3,8	10,1	89
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,75	4,3	4,5	27,4	167
РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	16,55	8,1	4,3	2,4	82
КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВ.)	60	9,35	1,3	0,1	2,6	16
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	15,05	0,1	0,1	20,3	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,25	5,3	0,4	35,1	166
ФРУКТЫ	100	21,38	0,4	0,4	9,8	47
Итого		91,24	22,9	13,6	107,7	651
Всего		131,80	36,1	24,5	185,8	1141

Утверждаю

И.О. Директора

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

С.Н. Кыныраков

МЕНЮ

14 октября 2021 г.

5-11 ОБЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250/5	14,58	9,7	9,5	38,9	279
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	4,40	1,2	0,4	20,9	92
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,98	0,4		20,2	82
ЙОГУРТ	200	21,66	3,9	2,9	5,8	93
Итого		43,62	15,2	12,8	85,8	546
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	250	22,42	4,2	4,9	12,4	111
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,78	4,9	4,6	30,7	184
РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	25,00	12	6,5	3,7	122
КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВ.)	80	12,46	1,6	0,1	3,5	22
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	15,05	0,1	0,1	20,3	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,25	5,3	0,4	35,1	166
ФРУКТЫ	100	21,38	0,4	0,4	9,8	47
Итого		110,34	28,5	17	115,5	736
Всего		153,96	43,7	29,8	201,3	1282