

Утверждаю

И.О. Директора

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

/С.Н. Кыныраков/



МЕНЮ

15 октября 2021 г.

1-4 ОБЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	12,00	4,9	4,5	0,3	61
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	9,73	0,9	4,2	3,6	56
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,50	1,4	1,6	30,2	141
ХЛЕБ	35	2,63	2,6	0,2	17,1	80
СОК тетрапакет	200	3,30	0,5	0,1	10,1	43
Итого		34,16	10,3	10,6	61,3	381
Обед						
СУП С БОБОВЫМИ	200	23,24	9,7	14,4	17,7	238
ПЛОВ	150	24,29	8,9	10,4	26,3	235
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	80	13,32	0,8	4	2,2	49
Напиток каркаде	200	4,30			19,8	79
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		91,78	25,1	29,6	110,9	814
Всего		125,94	35,4	40,2	172,2	1195

Утверждаю



И.О. Директора

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

И.О. Н. Кыныраков/

МЕНЮ

15 октября 2021 г.

5-11 ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	12,00	4,9	4,5	0,3	61
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	16,21	1,5	7	6,1	94
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,50	1,4	1,6	30,2	141
ХЛЕБ	35	2,63	2,6	0,2	17,1	80
СОК тетрапакет	200	3,30	0,5	0,1	10,1	43
Итого		40,64	10,9	13,4	63,8	419
Обед						
СУП С БОБОВЫМИ	250	29,06	11,9	17,8	22,1	297
ПЛОВ	180	29,21	10,6	12,5	31,6	282
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	80	13,32	0,8	4	2,2	49
Напиток каркадэ	200	4,30			19,8	79
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		102,52	29	35,1	120,6	920
Всего		143,16	39,9	48,5	184,4	1339