

Утверждаю

И.О. Директора

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

/С.Н. Кыныраков/

МЕНЮ

20 октября 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	80/20	34,24	12,9	10,1	18,4	220
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,98	0,4		20,2	82
СОК тетрапакет	200	35,00	0,5	0,1	10,1	43
Итого		72,22	13,8	10,2	48,7	345
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	27,66	5,6	8,3	10,4	139
РИС ОТВАРНОЙ	180	10,25	4,4	7,6	39,4	244
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		83,88	27,2	39,2	120,4	945
Всего		156,10	41	49,4	169,1	1290

Утверждаю

И.О.Директора

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

И.С.Н. Кыныраков/

МЕНЮ

20 октября 2021 г.

5-11 ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	46,29	17,2	13,5	24,4	293
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,98	0,4		20,2	82
СОК тетрапакет	200	35,00	0,5	0,1	10,1	43
Итого		84,27	18,1	13,6	54,7	418
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	34,49	7	10,1	12,8	174
РИС ОТВАРНОЙ	180	10,25	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		99,88	31,6	46,7	124,7	1051
Всего		184,15	49,7	60,3	179,4	1469