

Утверждаю

И.О. Директора

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

/С.Н. Кыныраков/

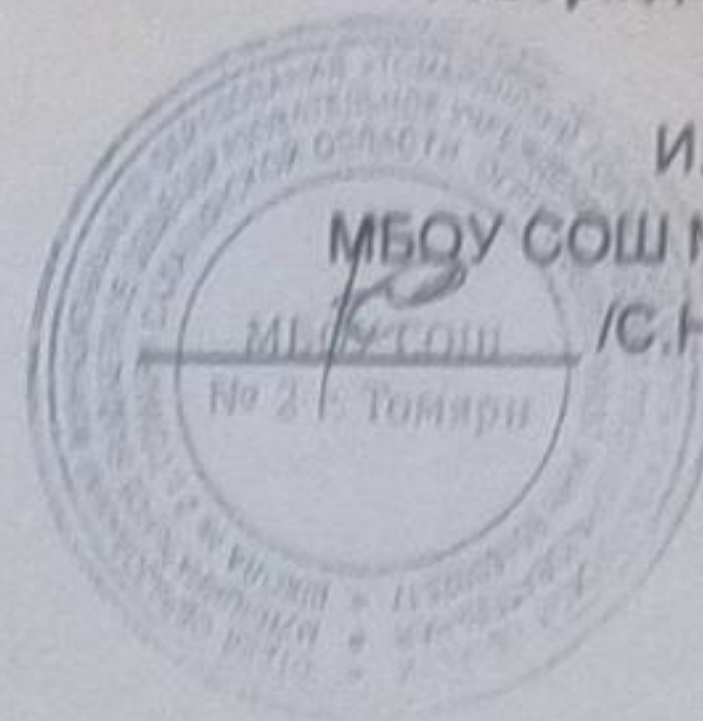
МЕНЮ

22 октября 2021 г.

1-4 ОБЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	200	17,38	10,7	13,8	36,9	315
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,32	2	2,6		32
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,50	1,4	1,6	30,2	141
ХЛЕБ	35	2,63	2,6	0,2	17,1	80
ПЕЧЕНЬЕ	100	45,00	0,1	0,1	0,7	4
Итого		77,83	16,8	18,3	84,9	572
Обед						
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	200	22,48	7	8,8	16,5	172
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	45,03	12,2	12,4	15,6	223
ПОМИДОР В С/СОКУ	60	14,40	0,7	0,1	2,3	15
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		123,59	25,7	22,2	99,6	707
Всего		201,42	42,5	40,5	184,5	1279

Утверждаю



И.О. Директора

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

/С.Н. Кыныраков/

МЕНЮ

22 октября 2021 г.

5-11 ОБЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	200	17,38	10,7	13,8	36,9	315
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,32	2	2,6		32
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,50	1,4	1,6	30,2	141
ХЛЕБ	35	2,63	2,6	0,2	17,1	80
ПЕЧЕНЬЕ	100	45,00	0,1	0,1	0,7	4
Итого		77,83	16,8	18,3	84,9	572
Обед						
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	27,93	8,7	10,9	20,7	215
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	53,90	14,6	14,9	18,7	268
ПОМИДОР В С/СОКУ	80	14,40	0,9	0,2	3,1	19
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	150	31,88	0,6	0,6	14,7	71
Итого		148,41	30,2	27,1	112,6	823
Всего		226,24	47	45,4	197,5	1395