

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

20 декабря 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	18,29	12,1	14,6	47,1	369
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	6,50	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,32	2,2	2,9		35
БАТОН	35	3,47	2,6	1	18	92
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,98	0,4		20,2	82
ПЕЧЕНЬЕ	100	45,00	0,1	0,1	0,7	4
Итого		82,56	17,5	26,9	86,1	657
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	200	21,94	2,7	4	8,8	82
РИС ОТВАРНОЙ	180	10,25	4,4	7,6	39,4	244
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	90	26,22	13,1	11	12,2	199
ПОМИДОР В С/СОКУ	60	14,40	0,7	0,1	2,3	15
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		84,70	26,4	23,1	123,4	809
Всего		167,26	43,9	50	209,5	1466

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

20 декабря 2021 г.

5-11 ОВЗ



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	250	22,14	15,3	18,3	59	462
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	6,50	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	13,27	4,5	5,7		71
БАТОН	35	3,47	2,6	1	18	92
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,98	0,4		20,2	82
ПЕЧЕНЬЕ	100	45,00	0,1	0,1	0,7	4
Итого		93,36	23	33,4	98	786
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	250	27,61	3,3	4,9	10,9	102
РИС ОТВАРНОЙ	180	10,25	4,4	7,6	39,4	244
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	120	35,23	17,3	14,7	16,2	266
ПОМИДОР В С/СОКУ	60	14,40	0,7	0,1	2,3	15
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		99,38	31,2	27,7	129,5	896
Всего		192,74	54,2	61,1	227,5	1682

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

/Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

20 декабря 2021 г.

Дополнительное



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	250	22,13	15,3	18,3	59	462
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	6,50	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	13,28	4,5	5,7		71
БАТОН	35	3,45	2,6	1	18	92
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,98	0,4		20,2	82
Итого		48,34	22,9	33,3	97,3	782
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	250	27,62	3,3	4,9	10,9	102
РИС ОТВАРНОЙ	180	10,27	4,4	7,6	39,4	244
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	120	35,21	17,3	14,7	16,2	266
ПОМИДОР В С/СОКУ	60	14,40	0,7	0,1	2,3	15
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		99,39	31,2	27,7	129,5	896
Всего		147,73	54,1	61	226,8	1678