

Утверждаю



Директор  
МБОУ СОШ № 2 г. Томари  
Т.Л.Рохо-Фернандес/

# МЕНЮ

21 января 2022 г.

1-4 ОБЗ

| Наименование блюда                | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                   |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                           |       |               |                   |         |             |                                     |
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ              | 200   | 12,26         | 6,8               | 8,5     | 28,9        | 220                                 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ              | 40    | 4,40          | 1,2               | 0,4     | 20,9        | 92                                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                     | 200   | 2,99          | 0,4               |         | 20,2        | 82                                  |
| Шоколадный батончик               | 50    | 45,00         | 4,9               | 17,4    | 25,2        | 277                                 |
| Итого                             |       | 64,65         | 13,3              | 26,3    | 95,2        | 671                                 |
| Обед                              |       |               |                   |         |             |                                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200   | 20,21         | 2,8               | 4,5     | 9,7         | 91                                  |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                 | 150   | 6,56          | 5,6               | 4,7     | 35,9        | 209                                 |
| ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ                  | 50/50 | 44,98         | 14,9              | 16,1    | 3,4         | 219                                 |
| Напиток каркаде                   | 200   | 4,30          |                   |         | 19,8        | 79                                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ             | 35/35 | 5,25          | 5,3               | 0,4     | 35,1        | 166                                 |
| Итого                             |       | 81,30         | 28,6              | 25,7    | 103,9       | 764                                 |
| Всего                             |       | 145,95        | 41,9              | 52      | 199,1       | 1435                                |