

Утверждаю



Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

/Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

24 января 2022 г.

1-4 ОБЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	6,56	5,6	4,7	35,9	209
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	30,56	8,5	9,5	1,9	127
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	6,50	0,1	8,3	0,1	75
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,50	1,4	1,6	30,2	141
ХЛЕБ	35	2,63	2,7	0,2	17,6	83
ПЕЧЕНЬЕ	100	45,00	0,1	0,1	0,7	4
Итого		97,75	18,4	24,4	86,4	639
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	25,65	6	14,2	12,7	201
РИС ОТВАРНОЙ	150	8,75	3,7	6,3	32,8	203
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	36,85	14,6	14,6	0,3	190
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		83,14	29,8	35,5	106,5	863
Всего		180,89	48,2	59,9	192,9	1502