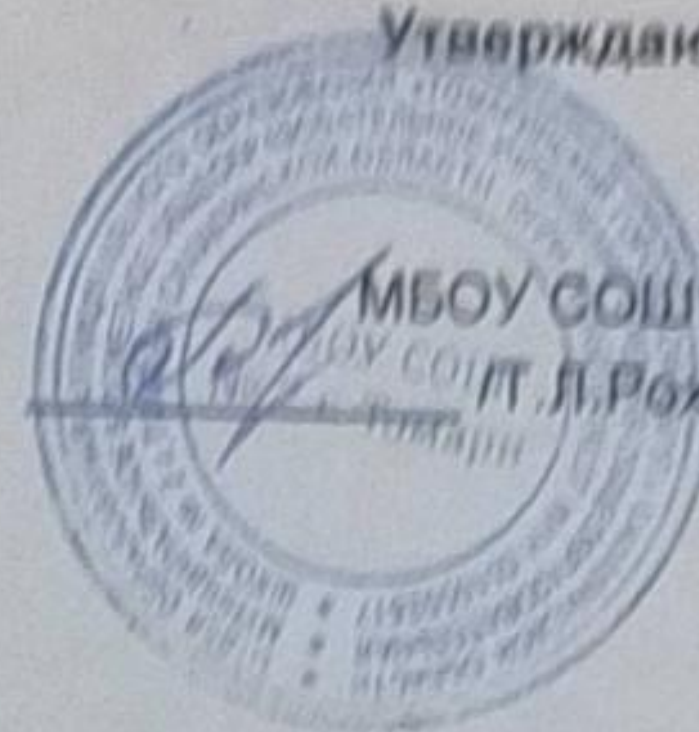


Утверждаю



Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари
Л.Д.Рохо-Фернандес

МЕНЮ

31 января 2022 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	21,95	2,7	4	8,8	82
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	7,83	6,7	5,7	43,1	250
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	90	26,22	13,1	11	12,2	199
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЁНЫМИ	80	11,14	1,1	4,7	5,2	68
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		79,03	29,1	25,8	130	868
Всего		161,59	46,6	52,7	216,1	1525

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

МЕНЮ

31 января 2022 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
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	200	8,91	7,5	6,2	48	278
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	120	35,23	17,3	14,7	16,2	266
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЁНЫМИ	80	11,14	1,1	4,7	5,2	68
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		94,78	34,7	30,9	141	983
Всего		188,14	57,7	64,3	239	1769