

Согласовано

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

/Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

17 марта 2022 г.

1-4 ОБЗ



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	200	18,09	12,1	14,6	44,6	359
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	6,50	0,1	8,3	0,1	75
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	9,48	3,4	4,3		53
2008		ХЛЕБ	35	2,63	2,7	0,2	17,6	83
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,85	1,4	1,6	20,5	102
2008		ПЕЧЕНЬЕ	100	45,00	0,1	0,1	0,7	4
Итого				87,55	19,8	29,1	83,5	676
Обед								
2011	87	СУП С морской капустой консервированной	200	25,16	3,8	11,5	9,4	155
2011	265	ПЛОВ	150	49,01	17,1	17,4	26,3	330
2011	51	САЛАТ ИЗ КАЛЬМАРОВ	80	14,89	10,2	5,9	2,1	102
2011	347	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	200	6,64	0,2		25,6	103
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,25	5,3	0,4	35,1	166
Итого				100,95	36,6	35,2	98,5	856
Всего				188,50	56,4	64,3	182	1532