

Согласовано



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

МЕНЮ

2 июня 2022 г.

РАСТИШКА

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8	11,8	35	279
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		36
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		15,5	64
2008		ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого				13,5	27,4	68,2	574
Обед							
2011	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	8,1	11	15,5	192
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,9	7,3	44,7	284
1997	474	КОТЛЕТА мясная	90	13	20,9	14,5	298
2008	46	САЛАТ ОВОЩНОЙ	100	6	19	8,8	231
2011	347	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	200	0,2		25,6	103
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				42,5	58,6	144,2	1274
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	100	2,3	0,5	65,8	281
2008	442	КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	0,5	0,1	10,1	43
Итого				2,8	0,6	75,9	324
Всего				58,8	86,6	288,3	2172