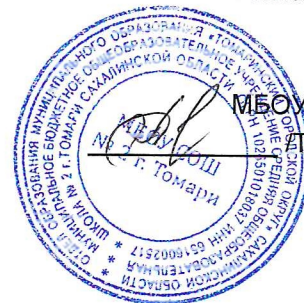


Согласовано



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

МЕНЮ

6 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,6	17,5	2	208
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВ.)	80	2,2	4,8	6,3	77
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4		20,2	82
2008		ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого				16	34,9	46,2	562
Обед							
2011	87	СУП С морской капустой консервированной	200	4	11,7	9,4	157
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	5,7	43,1	250
1997	474	КОТЛЕТА мясная	90	13	20,9	14,5	298
2011	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	80	1,4	3,2	6,4	60
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				30,6	41,9	134,1	1034
Полдник							
2011	442	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	50	3,8	2	24,9	132
Итого				3,8	2	24,9	132
Всего				50,4	78,8	205,2	1728