

Согласовано



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

МЕНЮ

14 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
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,6	5,9		73
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		15,5	64
2008		ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого				15,8	30,3	68,2	611
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	11,5	5,8	27,5	209
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	200	11,3	19,2	19,7	296
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				28,3	25,4	107,9	774
Полдник							
2008		ВАФЛИ	100	2,8	3,3	77,3	354
2008		Шоколадный батончик	50	4,9	17,4	25,2	277
Итого				7,7	20,7	102,5	631
Всего				51,8	76,4	278,6	2016