



Директор
МБОУ СОШ № 2 г.Товари
П.Л.Род-Фернандес

МЕНЮ

16 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	250	13,1	16,6	45,4	383
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
2008	442	БАТОНЧИК "МИШКА БАРНИ"	50	0,1		2,5	11
Итого				16,4	29,2	85,8	671
Обед							
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	3	4,6	9,7	93
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	5,7	43,1	250
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	120	18,7	18,7	0,9	246
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	0,9	10,1	2,9	106
2011	388	Напиток каркаде	200	0,1	0,1	15,1	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				34,7	39,6	106,8	922
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	200	4,6	1	131,6	562
2008		Шоколадный батончик	50	4,9	17,4	25,2	277
Итого				9,5	18,4	156,8	839
Всего				60,6	87,2	349,4	2432