

Согласовано



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

МЕНЮ

18 июня 2022 г.

ОЛИМП

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	11,5	11,6	30,8	275
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
2008		ФРУКТЫ	200	4,6	1	131,6	562
Итого				19,3	25,2	195,6	1096
Обед							
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	8	10,2	16,5	190
2011	265	ПЛОВ	200	22,7	23,3	35	441
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4
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				36,4	33,9	112,7	904
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	200	4,6	1	131,6	562
2008		ВАФЛИ	100	2,8	3,3	77,3	354
2008		ЙОГУРТ	115	2,3	1,7	3,5	55
Итого				9,7	6	212,4	971
Всего				65,4	65,1	520,7	2971

