

Согласовано



Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Л.П.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

20 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
Итого				16,3	29,2	83,3	660
Обед							
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	8,2	12,4	11,7	191
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	5,7	43,1	250
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	110	14,4	17,9	13,3	271
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7
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				35,2	36,5	129,7	988
Полдник							
2011	442	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	50	3,7	2	24,9	132
2008		ФРУКТЫ	200	4,6	1	131,6	562
2008	442	СОК тетрапакет	200	0,5	0,1	10,1	43
Итого				8,8	3,1	166,6	737
Всего				60,3	68,8	379,6	2385

