

Согласовано

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

МЕНЮ

23 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	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
Итого				14,7	24,2	64	534
Обед							
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	3	4,6	9,7	93
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,3	7,1	29	197
2008	239	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	15,8	12,5	15	234
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	0,9	10,1	2,9	106
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	131
Итого				29,9	34,8	123,4	927
Полдник							
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
к/к	к/к	ГРУША	130	0,5	0,4	13	59
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96
Итого				2,4	1,3	43,8	202
Всего				47	60,3	231,2	1663

