

Согласовано



Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Л.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

2 августа 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	250	10,7	15	38,3	331
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,6	5,9		73
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/5	0,4		15,5	64
2008		ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого				18,5	33,5	71,5	663
Обед							
2011	88	Свекольник	250	8,9	18,1	17,3	269
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	220	8,2	6,8	52,8	306
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	120	18,7	18,7	0,9	246
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	131
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				41,9	44,1	138,3	1122
Полдник							
2008		ВАФЛИ	100	2,8	3,3	77,3	354
Итого				2,8	3,3	77,3	354
Всего				63,2	80,9	287,1	2139

Согласовано

Директор

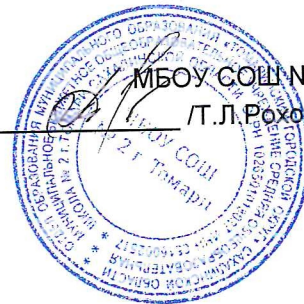
МБОУ СОШ № 2 г.Томари

/Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

2 августа 2022 г.

Трудовая бригада



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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	250	10,7	15	38,3	331
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,6	5,9		73
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/5	0,4		15,5	64
2008		ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого				18,5	33,5	71,5	663
Обед							
2011	88	Свекольник	250	8,9	18,1	17,3	269
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	220	8,2	6,8	52,8	306
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	120	18,7	18,7	0,9	246
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	131
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				41,9	44,1	138,3	1122
Полдник							
2008		ВАФЛИ	100	2,8	3,3	77,3	354
Итого				2,8	3,3	77,3	354
Всего				63,2	80,9	287,1	2139