

Согласовано

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

МЕНЮ

3 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							
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	90	2,7	0,2	5,7	35
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112
2008		ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	83
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4		20,2	82
Итого				10,8	17,3	43,9	373
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	12,2	11,1	18,9	224
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	200	3,3	10,6	20,2	191
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	131
Итого				21,4	22,2	105,9	712
Полдник							
2008	442	СОК тетрапакет	200	0,5	0,1	10,1	43
2011	442	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	50	3,7	2	24,9	132
Итого				4,2	2,1	35	175
Всего				36,4	41,6	184,8	1260

Согласовано

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Л.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

3 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							
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	90	2,7	0,2	5,7	35
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				10,8	17,3	43,9	373
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	12,2	11,1	18,9	224
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	200	3,3	10,6	20,2	191
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				21,4	22,2	105,9	712
Полдник							
2011	442	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	50	3,7	2	24,9	132
2008	442	СОК тетрапакет	200	0,5	0,1	10,1	43
Итого				4,2	2,1	35	175
Всего				36,4	41,6	184,8	1260