

Согласовано

Директор

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

9 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
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
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВ.)	100	2,8	6	7,7	96
Итого				10,9	23,1	45,9	434
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	259	ГУЛЯШ	50/50	15,7	15,9	3,1	218
2011	46	САЛАТ ИЗ капусты	90	1,2	5,1	8,2	84
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				39,9	46,4	148,2	1174
Полдник							
2011	442	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	50	3,7	2	24,9	132
2008		ЙОГУРТ	100	2	1,5	3	48
Итого				5,7	3,5	27,9	180
Всего				56,5	73	222	1788

Согласовано

Директор

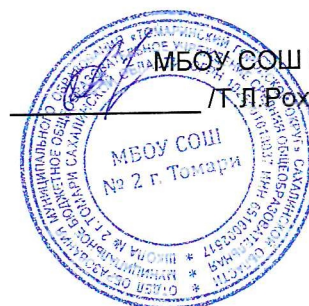
МБОУ СОШ № 2 г.Томари

/Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

9 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
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
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВ.)	100	2,8	6	7,7	96
Итого				10,9	23,1	45,9	434
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	259	ГУЛЯШ	50/50	15,7	15,9	3,1	218
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	131
2011	46	САЛАТ ИЗ капусты	90	1,2	5,1	8,2	84
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				39,9	46,4	148,2	1174
Полдник							
2011	442	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	50	3,7	2	24,9	132
2008		ЙОГУРТ	100	2	1,5	3	48
Итого				5,7	3,5	27,9	180
Всего				56,5	73	222	1788