

Согласовано

Директор

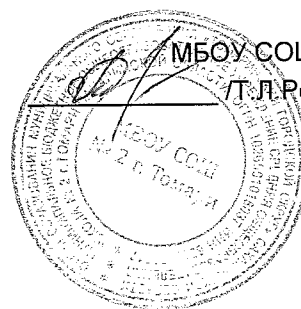
МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

11 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	250	16,6	17,9	63,8	484
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		36
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		15,5	64
2008		ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого				22,1	33,5	97	779
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	12,2	11,1	18,9	224
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4,9	8,1	20,9	179
2008	283	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ	120	13,9	30,1	9	362
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				36,5	49,7	109,5	1034
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	150	3,5	0,8	98,7	422
2008		ВАФЛИ	100	2,8	3,3	77,3	354
Итого				6,3	4,1	176	776
Всего				64,9	87,3	382,5	2589

Согласовано

Директор

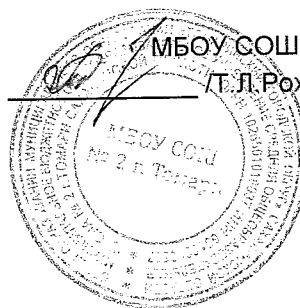
МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

11 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	250	16,6	17,9	63,8	484
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		36
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		15,5	64
2008		ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого				22,1	33,5	97	779
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	12,2	11,1	18,9	224
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4,9	8,1	20,9	179
2008	283	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ	120	13,9	30,1	9	362
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				36,5	49,7	109,5	1034
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	150	3,5	0,8	98,7	422
2008		ВАФЛИ	100	2,8	3,3	77,3	354
Итого				6,3	4,1	176	776
Всего				64,9	87,3	382,5	2589