

Согласовано

Директор

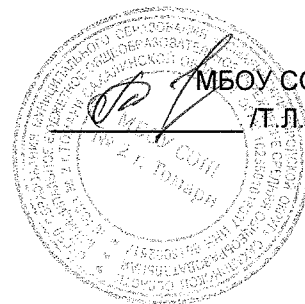
МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.Л.Рохо-Фернандес

МЕНЮ

23 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	82
Итого				22,1	33,5	97	776
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	8,2	10,8	8,7	168
2011	265	ПЛОВ	150	17,1	17,4	26,3	330
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	137
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				31,4	28,7	102,3	796
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	150	3,5	0,8	98,7	422
2011	442	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	50	3,7	2	24,9	132
2008	442	СОК тетрапакет	200	0,5	0,1	10,1	43
Итого				7,7	2,9	133,7	597
Всего				61,2	65,1	333	2174