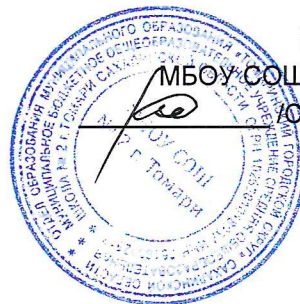


Согласовано

И.О.Директора

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Ю.Н.Кыныраков/



МЕНЮ

13 октября 2022 г.

1-4 ОБЗ

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	69,47	14,2	14,2	15,6	247
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	10,92	0,7	0,1	2,3	14
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,04	0,4		20,2	82
2008		ХЛЕБ	35	2,59	2,7	0,2	17,6	83
2008		ФРУКТЫ	100	22,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				107,02	18,4	14,9	65,5	473
Обед								
2011	87	СУП ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	200	22,86	4,8	13,9	2,9	155
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,97	3,7	5,9	38,9	223
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	26,73	11,5	7,9	2,7	128
2011	51	САЛАТ ИЗ КАЛЬМАРОВ	80	21,73	5,1	5,3	4,6	87
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	93
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,18	5,3	0,4	35,1	166
Итого				96,92	30,4	33,4	107,5	852
Всего				203,94	48,8	48,3	173	1325



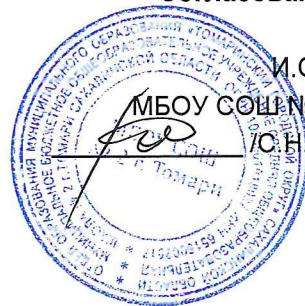
МЕНЮ

13 октября 2022 г.

5-11 ОБЗ

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	93,41	18,9	18,9	20,7	329
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	18,20	1,1	0,2	3,8	24
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,04	0,4		20,2	82
2008		ХЛЕБ	35	2,59	2,7	0,2	17,6	83
2008		ФРУКТЫ	100	22,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				138,24	23,5	19,7	72,1	565
Обед								
2011	87	СУП ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	250	28,96	6	17,2	3,5	194
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	200	15,60	4,9	7,9	51,8	298
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	35,77	15,3	10,5	3,7	171
2011	51	САЛАТ ИЗ КАЛЬМАРОВ	100	27,43	6,5	6,9	5,8	110
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	93
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,18	5,3	0,4	35,1	166
Итого				121,39	38	42,9	123,2	1032
Всего				259,63	61,5	62,6	195,3	1597

Согласовано



И.О.Директора
МБОУ СОШ № 2 г.Томари
/О.Н.Кыныраков/

МЕНЮ

13 октября 2022 г.

1-4 класс

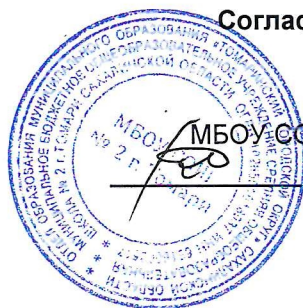
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	69,47	14,2	14,2	15,6	247
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	10,92	0,7	0,1	2,3	14
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,04	0,4		20,2	82
2008		ХЛЕБ	35	2,59	2,7	0,2	17,6	83
2008		ФРУКТЫ	100	22,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				107,02	18,4	14,9	65,5	473
Всего				107,02	18,4	14,9	65,5	473

Согласовано

И.О.Директора

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

/С.Н.Кыныраков/



МЕНЮ

13 октября 2022 г.

5-11 класс

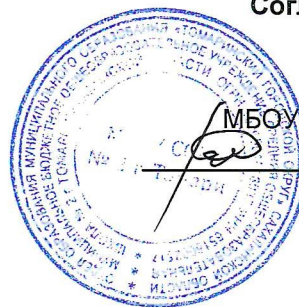
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	93,41	18,9	18,9	20,7	329
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	18,20	1,1	0,2	3,8	24
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,04	0,4		20,2	82
2008		ХЛЕБ	35	2,59	2,7	0,2	17,6	83
2008		ФРУКТЫ	100	22,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				138,24	23,5	19,7	72,1	565
Всего				138,24	23,5	19,7	72,1	565

Согласовано

И.О.Директора

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

/С.Н.Кыныраков/



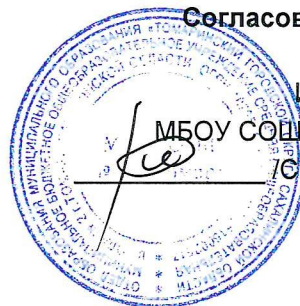
МЕНЮ

13 октября 2022 г.

КМНС

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	93,36	18,9	18,9	20,7	329
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	18,20	1,1	0,2	3,8	24
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,04	0,4		20,2	82
2008		ХЛЕБ	35	2,59	2,7	0,2	17,6	83
2008		ФРУКТЫ	100	22,01	0,4	0,4	9,8	47
Итого				138,20	23,5	19,7	72,1	565
Всего				138,20	23,5	19,7	72,1	565

Согласовано



И.О.Директора
МБОУ СОШ № 2 г.Томари
/С.Н.Кыныраков/

МЕНЮ

13 октября 2022 г.

Дополнительное

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	93,41	18,9	18,9	20,7	329
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	18,20	1,1	0,2	3,8	24
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,04	0,4		20,2	82
2008		ХЛЕБ	35	2,59	2,7	0,2	17,6	83
Итого				116,24	23,1	19,3	62,3	518
Обед								
2011	87	СУП ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	200	22,87	4,8	13,9	2,9	155
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,96	3,7	5,9	38,9	223
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	35,76	15,3	10,5	3,7	171
2011	51	САЛАТ ИЗ КАЛЬМАРОВ	80	21,73	5,1	5,3	4,6	87
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	16,63			15,5	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,18	5,3	0,4	35,1	166
Итого				114,13	34,2	36	100,7	864
Всего				230,37	57,3	55,3	163	1382