



Согласовано

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

/Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

29 ноября 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	150	9,22	4,9	7,7	19,5	167
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	11,89	3,5	4,4		55
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,97	0,1	8,3	0,1	75
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,19	0,4		20,2	82
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	3,1	0,2	20,1	95
2008		ВАФЛИ	100	50,00	2,8	3,3	77,3	354
Итого				86,23	14,8	23,9	137,2	828
Обед								
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	16,21	5,5	5	14,7	126
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	29,09	5,3	7,8	28,1	204
2011	289	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	90	54,66	13,2	13,2	10,2	211
2008		ПОМИДОР В С/СОКУ	80	17,44	0,9		1,9	11
2011	347	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	200	9,57	0,2		25,6	103
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,18	5,3	0,4	35,1	166
Итого				132,15	30,4	26,4	115,6	821
Всего				218,38	45,2	50,3	252,8	1649