

Согласовано

И.О. директор
МБОУ СОШ № 2 г. Томари
/В.В.Новикова/

МЕНЮ

30 марта 2023 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	184	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	10,51	9,4	4,9	29,6	205
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	11,89	3,5	4,5		55
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,90	0,1	8,3	0,1	75
2008		БАТОН	30	2,70	2,4	0,3	14,7	71
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	3,77	0,4		15,5	64
2008		ФРУКТЫ	150	32,81	0,6	0,7	12,3	62
Итого				70,58	16,4	18,7	72,2	532
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	20,10	7,3	5,3	18,8	152
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,27	3,7	5,9	30,9	223
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	29,93	7,8	10,4	2,7	139
2011	67	ВИНЕГРЕТ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	12,74	1,3	4,8	7	76
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,30			19,4	77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,04	5,3	0,4	35,1	166
Итого				88,38	25,4	26,8	113,9	833
Всего				158,96	41,8	45,5	186,1	1365