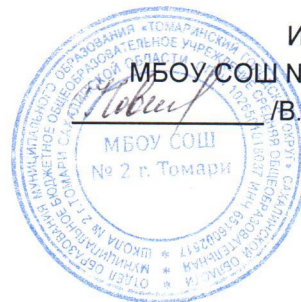


Согласовано

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



# МЕНЮ

31 марта 2023 г.

1-4 ОБЗ

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда    | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------|-------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                       |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                       |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 210                 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ      | 180   | 37,85         | 15,2              | 10,4    | 32,5             | 337                                      |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)      | 10    | 8,90          | 0,1               | 8,3     | 0,1              | 75                                       |
| 2011                          | 377                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ         | 200   | 3,77          | 0,4               |         | 15,5             | 64                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ                  | 35    | 2,62          | 2,6               | 0,2     | 17,1             | 80                                       |
| 2008                          |                     | ФРУКТЫ                | 100   | 22,00         | 0,4               | 0,4     | 9,8              | 47                                       |
| Итого                         |                     |                       |       | 75,14         | 18,7              | 19,3    | 75               | 603                                      |
| Обед                          |                     |                       |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 86                  | СВЕКОЛЬНИК            | 200   | 28,04         | 6,1               | 7,1     | 20,6             | 257                                      |
| 2011                          | 259                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ   | 180   | 67,69         | 7,3               | 8,4     | 25,7             | 257                                      |
| 2011                          | 76                  | СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ        | 80    | 27,87         | 7,2               | 11,5    | 2,6              | 143                                      |
| 2011                          | 388                 | Напиток каркаде       | 200   | 3,58          |                   |         | 19,8             | 79                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ | 35/35 | 5,04          | 5,3               | 0,4     | 35,1             | 166                                      |
| Итого                         |                     |                       |       | 132,22        | 25,9              | 27,4    | 103,8            | 902                                      |
| Всего                         |                     |                       |       | 207,36        | 44,6              | 46,7    | 178,8            | 1505                                     |