



Директор
МБОУ СОШ № 2 г.Томари
Л.Е.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

5 июня 2023 г.

Орлята России

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	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	25,05	7,1	15,9	27,1	281
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	60	12,50	2,6	20,2	18	264
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/5	3,78	0,4		15,5	64
Итого				41,33	10,1	36,1	60,6	609
Обед								
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	200	28,03	6,1	7,1	20,6	257
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,27	3,7	5,8	38,9	223
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	74,09	25,6	25,7	0,7	336
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	80	14,15	0,7	4,8	3	58
2011	347	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	200	9,33	0,2		25,6	103
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,04	5,3	0,4	35,1	166
Итого				141,91	41,6	43,8	123,9	1143
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	150	32,81	0,6	0,6	14,7	71
2008		ПЕЧЕНЬЕ	100	42,00	7,5	4,6	23,2	317
Итого				74,81	8,1	5,2	37,9	388
Всего				258,05	59,8	85,1	222,4	2140