



Согласовано

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

МЕНЮ
9 июня 2023 г.

Орлята России

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	17	25,1	12	343
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	80	2,2	4,8	6,3	77
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	60	5,1	2,9	19,5	125
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		15,5	64
Итого				24,7	32,8	53,3	609
Обед							
2008	87	СУП ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2,3	3,3	4,2	55
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	15,4	15,2	15,6	261
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	80	0,6	0,1	1,4	10
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			15,5	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				23,6	19	71,8	554
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	150	0,9	0,2	8,1	43
2008	442	СОК В Т/ПАКЕТЕ	200	0,5	0,1	10,1	43
Итого				1,4	0,3	18,2	86
Всего				49,7	52,1	143,3	1249