

Согласовано

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

МЕНЮ

13 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							
2011	401	ОЛАДЫ СО СГУЩ.МОЛОКОМ	130	7,1	12,8	46,5	329
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		15,5	64
Итого				7,5	12,8	62	393
Обед							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200/5	6,4	8,9	13	160
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,1	6	37	234
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	6,2	11,4	15,7	234
2011	30	САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ	80	2,4	6	4,2	81
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,1	0,1	27,9	113
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				28,5	32,8	132,9	988
Полдник							
2008		ВАФЛИ	100	2,8	3,3	77,3	354
2008		ФРУКТЫ	150	0,9	0,2	8,1	43
Итого				3,7	3,5	85,4	397
Всего				39,7	49,1	280,3	1778