

Согласовано

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Г.Л.Рохо-Фернандес/



МЕНЮ

16 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	13,76	8,4	10,5	28	241
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	60	19,21	5,2	11,2	19,6	200
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/5	3,77	0,4		15,5	64
Итого				36,74	14	21,7	63,1	505
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	28,19	6,5	8,1	13,3	152
2011	344	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	150	53,09	10,4	12,5	10,1	199
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	80	14,45	0,6	0,1	2	11
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				110,10	23	21,1	86,1	631
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	100	22,00	1,1	1,3	38,3	130
2008		ФРУКТЫ	150	44,40	0,9	0,2	8,1	43
Итого				66,40	2	1,5	46,4	173
Всего				213,24	39	44,3	195,6	1309