

Согласовано



Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

/Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

23 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
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	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,4		20,2	82
Итого				12,8	12,3	46,3	347
Обед							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200/5	6,4	8,9	13	160
2011	265	ПЛОВ С МЯСОМ	150	17,1	17,4	26,3	330
2011	30	САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ	80	2,5	6,1	4,2	81
2011	388	Напиток каркадэ	200			19,8	79
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				31,3	32,8	98,4	816
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	150	1,4	0,3	12,2	65
2008	442	СОК В Т/ПАКЕТЕ	200	0,5	0,1	10,1	43
Итого				1,9	0,4	22,3	108
Всего				46	45,5	167	1271