

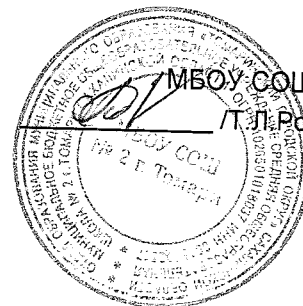
Согласовано

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

МЕНЮ

28 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	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120	19,1	12,4	17,3	263
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,4		20,2	82
Итого				19,5	12,4	37,5	345
Обед							
2008	87	СУП ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2,3	3,3	4,2	55
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,7	5,9	38,9	224
2008	263	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	90	6,9	7,9	6,3	190
2011	30	САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ	80	2,5	6,1	4,2	81
2011	347	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	200	0,2		25,6	103
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				20,9	23,6	114,3	819
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	150	0,9	0,2	8,1	43
2008		ШОКОЛАД	50	4,9	17,4	25,2	277
Итого				5,8	17,6	33,3	320
Всего				46,2	53,6	185,1	1484