

Согласовано

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

/Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

29 июня 2023 г.

ОЛИМП

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8	11,8	35	279
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	60	5,2	11,2	19,6	200
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,4		20,2	82
Итого				13,6	23	74,8	561
Обед							
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	6,8	6,3	18,3	157
2011	139	РАГУ ОВОЩНОЕ	200	6,8	8,5	36,8	254
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ	100	6,9	12,7	17,4	260
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				26	27,9	133,2	940
Полдник							
2008		ШОКОЛАД	50	4,9	17,4	25,2	277
2008		БАТОНЧИК "МИШКА БАРНИ"	50	4,9	17,4	25,2	277
2008		АПЕЛЬСИН	200	1,8	0,4	16,2	86
Итого				11,6	35,2	66,6	640
Всего				51,2	86,1	274,6	2141