

Согласовано

Директор

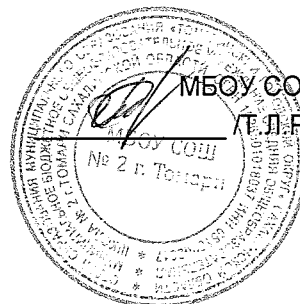
МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

30 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	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	7,1	7,3	28,3	207
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,4		20,2	82
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,2	2,9		35
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	467	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	100	1,1	1,3	38,3	130
Итого				10,9	19,8	86,9	529
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	7,3	5,3	18,8	152
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	4,7	35,9	209
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	14,6	12,4	0,7	172
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	1	5,9	3,6	73
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			15,5	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				33,8	28,7	109,6	834
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	8,6	41
Итого				0,4	0,4	8,6	41
Всего				45,1	48,9	205,1	1404