

Согласовано



Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.Т. Прохо-Фернандес/

МЕНЮ

2 августа 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	80	2,2	4,8	6,3	77
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				12,7	20,5	46,4	420
Обед							
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	200	6,1	7,1	20,6	257
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,1	6	37	234
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80	5,5	10,1	13,9	208
2011	30	САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ	80	2,5	6	4,2	81
2011	388	Напиток каркаде	200	0,1	0,1	15,1	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				27,6	29,7	125,9	1007
Полдник							
2008		ВАФЛИ	100	2,8	3,3	77,3	354
Итого				2,8	3,3	77,3	354
Всего				43,1	53,5	249,6	1781