

Согласовано



Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Л.Л.Рохо-Фернандес/

**МЕНЮ**

4 августа 2023 г.

Орлята России

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                       | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                          |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                          |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 190                 | КАША "ДРУЖБА"                            | 200   | 6,2               | 10      | 26,8             | 224                                      |
| 2011                          | 3                   | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ              | 60    | 5,2               | 11,2    | 19,6             | 200                                      |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                          | 200   | 2,9               | 2,5     | 18,6             | 134                                      |
| Итого                         |                     |                                          |       | 14,3              | 23,7    | 65               | 558                                      |
| Обед                          |                     |                                          |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 112                 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ | 200   | 5,5               | 5       | 14,7             | 126                                      |
| 2011                          | 139                 | РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ                     | 180   | 16,9              | 16,8    | 33,3             | 353                                      |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              | 200   |                   |         | 15,5             | 62                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ                    | 35/35 | 5,3               | 0,4     | 35,1             | 166                                      |
| Итого                         |                     |                                          |       | 27,7              | 22,2    | 98,6             | 707                                      |
| Полдник                       |                     |                                          |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | ФРУКТЫ                                   | 200   | 0,7               | 0,7     | 17,2             | 83                                       |
| 2008                          |                     | БАТОНЧИК "МИШКА БАРНИ"                   | 50    | 4,9               | 17,4    | 25,2             | 277                                      |
| Итого                         |                     |                                          |       | 5,6               | 18,1    | 42,4             | 360                                      |
| Всего                         |                     |                                          |       | 47,6              | 64      | 206              | 1625                                     |