

Согласовано

Директор
МБОУ СОШ № 2 г.Томари
Г.Л.Рохо-Фернандес/



МЕНЮ

7 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							
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	10,6	13,5	29,1	282
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				16,2	24,7	68,9	564
Обед							
2008	87	СУП ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2,3	3,3	4,2	55
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,2	6,2	41,1	250
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	25,6	25,7	0,7	336
2011	30	САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ	80	2,4	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				42,9	41,7	100,4	949
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	100	0,9	0,2	8,1	43
2008		БАТОНЧИК "МИШКА БАРНИ"	50	4,9	17,4	25,2	277
Итого				5,8	17,6	33,3	320
Всего				64,9	84	202,6	1833