

Согласовано

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.Л.Рехо-Фернандес/

МЕНЮ

10 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	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120	19,1	12,4	17,3	263
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,4		20,2	82
2008		ЙОГУРТ	100	2	1,5	3	48
Итого				21,5	13,9	40,5	393
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	7,3	5,3	18,8	152
2008	265	ПЛОВ	150	17,2	17,1	25,2	324
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	80	0,9	0,2	3,1	19
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				30,9	23	107,8	764
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	150	0,4	0,4	9,8	47
2008		ВАФЛИ	100	2,8	3,3	77,3	354
Итого				3,2	3,7	87,1	401
Всего				55,6	40,6	235,4	1558