

Согласовано

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

14 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	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,4	1,6	20,5	102
Итого				17,2	26,3	69,2	584
Обед							
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	5,5	5	14,7	126
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,8	7,2	44,4	282
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80	5,5	10,1	13,9	208
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	80	0,6	0,1	2	11
2011	388	Напиток каркадэ	200	0,1	0,1	15,1	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				26,8	22,9	125,2	854
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	100	0,9	0,2	8,1	43
2008		ПЕЧЕНЬЕ	100	7,5	4,6	23,2	317
Итого				8,4	4,8	31,3	360
Всего				52,4	54	225,7	1798