

Согласовано

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Л. Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

16 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,7	10,4	32,8	251
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				12,3	21,6	72,6	533
Обед							
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	200	6,1	7,1	20,6	257
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	9,3	12,2	34,7	287
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	90	18	12,3	12,7	233
2011	46	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,3	5,7	9,1	93
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			15,5	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНОЙ	35/35	5,3	0,4	35,1	166
Итого				40	37,7	127,7	1098
Полдник							
2008		ФРУКТЫ	200	0,7	0,7	17,2	83
2008	442	СОК В Т/ПАКЕТЕ	200	0,5	0,1	10,1	43
Итого				1,2	0,8	27,3	126
Всего				53,5	60,1	227,6	1757