

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Л.П.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

15 сентября 2023 г.

1-4 ОБЗ

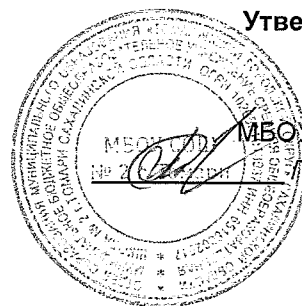
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	33,15	8,6	7,5	2	208
2011	73	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	80	19,46	1,2	5,4	4,8	73
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	95	16,52	8	5,6	34,9	223
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	2,95	0,4		20,2	82
2008		ФРУКТЫ	100	22,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				94,08	18,6	18,9	71,7	633
Обед								
2011	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	14,10	3,5	4,1	12,4	149
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,26	3,7	5,9	38,9	224
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	29,73	11,3	12,4	2,7	139
2011	46	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	80	6,87	1	4,4	7,2	74
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	19,35	0,2	0,1	20,5	86
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫЙ	50/25	5,41	5,7	0,5	37,6	178
Итого				86,72	25,4	27,4	119,3	850
Всего				180,80	44	46,3	191	1483

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.Л.Рохо-Фернандес/



МЕНЮ

15 сентября 2023 г.

5-11 ОБЗ

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	45,39	14,5	23,9	2,7	284
2011	73	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	24,32	1,5	6,8	5,9	91
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	95	16,52	8	5,6	34,9	223
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	2,95	0,4		20,2	82
2008		ФРУКТЫ	100	22,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				111,18	24,8	36,7	73,5	727
Обед								
2011	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	17,86	4,4	5,1	15,5	186
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	200	14,66	4,9	7,9	51,8	298
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	33,17	14,7	9,4	3	154
2011	46	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	8,95	1,3	5,6	9,1	92
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	19,35	0,2	0,1	20,5	86
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫЙ	70/40	5,05	5,3	0,4	35,1	166
Итого				99,04	30,8	28,5	135	982
Всего				210,22	55,6	65,2	208,5	1709



Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

15 сентября 2023 г.

1-4 класс

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	33,15	8,6	7,5	2	208
2011	73	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	80	19,46	1,2	5,4	4,8	73
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	95	16,52	8	5,6	34,9	223
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	2,95	0,4		20,2	82
2008		ФРУКТЫ	100	22,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				94,08	18,6	18,9	71,7	633
Всего				94,08	18,6	18,9	71,7	633

Утверждаю



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

МЕНЮ

15 сентября 2023 г.

5-11 класс

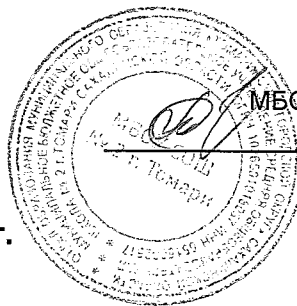
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	45,39	14,5	23,9	2,7	284
2011	73	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	80	19,46	1,2	5,4	4,8	73
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	95	16,52	8	5,6	34,9	223
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	2,95	0,4		20,2	82
2008		ФРУКТЫ	100	22,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				106,32	24,5	35,3	72,4	709
Всего				106,32	24,5	35,3	72,4	709

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 сентября 2023 г.

КМНС



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	45,43	14,5	23,9	2,7	284
2011	73	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	80	19,44	1,2	5,4	4,8	73
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	2,97	0,4		20,2	82
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	95	16,53	8	5,6	34,9	223
2008		ФРУКТЫ	100	22,01	0,4	0,4	9,8	47
Итого				106,38	24,5	35,3	72,4	709
Всего				106,38	24,5	35,3	72,4	709



Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Л.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

15 сентября 2023 г.

Дополнительное

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	45,39	14,5	23,9	2,7	284
2011	73	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	80	19,46	1,2	5,4	4,8	73
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	95	16,52	8	5,6	34,9	223
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	2,95	0,4		20,2	82
Итого				84,32	24,1	34,9	62,6	662
Обед								
2011	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	14,10	3,5	4,1	12,4	149
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,25	3,7	5,9	38,9	224
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	29,73	13	8,4	2,7	139
2011	46	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	80	6,87	1	4,4	7,2	74
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	19,35	0,2	0,1	20,5	86
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫЙ	50/25	5,42	5,7	0,5	37,6	178
Итого				86,72	27,1	23,4	119,3	850
Всего				171,04	51,2	58,3	181,9	1512