

Утверждаю



Директор

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

Л. Рохо-Фернандес/

# МЕНЮ

25 сентября 2023 г.

1-4 ОБЗ

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                     | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                        |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                        |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 196                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>МОЛОЧНАЯ    | 200    | 16,11         | 9,6               | 6,9     | 28,2             | 210                                      |
| 2008                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ И<br>МАСЛОМ          | 60     | 19,93         | 5,2               | 12,2    | 20,7             | 213                                      |
| 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                         |                     |                                        |        | 60,99         | 15,6              | 19,5    | 78,9             | 552                                      |
| Обед                          |                     |                                        |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 72                  | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ               | 200    | 32,06         | 7,1               | 2,6     | 10,2             | 93                                       |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ         | 150    | 8,53          | 5,5               | 4,8     | 31,3             | 191                                      |
| 2008                          | 307                 | ПТИЦА ОТВАРНАЯ                         | 100    | 58,20         | 8,2               | 14,4    | 1,5              | 260                                      |
| 2011                          | 24                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ<br>И ОГУРЦОВ | 80     | 14,15         | 0,7               | 4,8     | 3                | 58                                       |
| 2011                          | 347                 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ<br>КОНСЕРВИРОВАННЫХ   | 200    | 9,33          | 0,2               |         | 25,6             | 103                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫЙ                  | 50/25  | 5,41          | 5,7               | 0,5     | 37,6             | 178                                      |
| Итого                         |                     |                                        |        | 127,68        | 27,4              | 27,1    | 109,2            | 883                                      |
| Всего                         |                     |                                        |        | 188,67        | 43                | 46,6    | 188,1            | 1435                                     |

Утверждаю

Директор

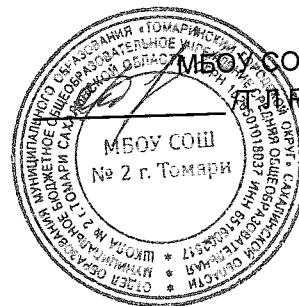
МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Д.П. Рохо-Фернандес/

# МЕНЮ

25 сентября 2023 г.

5-11 ОБЗ



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                     | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                        |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                        |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 196                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>МОЛОЧНАЯ    | 250    | 19,27         | 12,1              | 16,6    | 39,4             | 356                                      |
| 2008                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ И<br>МАСЛОМ          | 95     | 28,98         | 8,1               | 16,8    | 35               | 324                                      |
| 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                         |                     |                                        |        | 73,20         | 21                | 33,8    | 104,4            | 809                                      |
| Обед                          |                     |                                        |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 72                  | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ               | 250    | 40,24         | 8,8               | 3,3     | 12,9             | 117                                      |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ         | 150    | 8,53          | 5,5               | 4,8     | 31,3             | 191                                      |
| 2008                          | 307                 | ПТИЦА ОТВАРНАЯ                         | 100    | 58,20         | 8,2               | 14,4    | 1,5              | 260                                      |
| 2011                          | 24                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ<br>И ОГУРЦОВ | 100    | 17,92         | 1                 | 5,9     | 3,6              | 73                                       |
| 2011                          | 347                 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ<br>КОНСЕРВИРОВАННЫХ   | 200    | 9,33          | 0,2               |         | 25,6             | 103                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫЙ                  | 70/40  | 5,05          | 5,3               | 0,4     | 35,1             | 166                                      |
|                               |                     |                                        |        | 139,27        | 29                | 28,8    | 110              | 910                                      |
| Итого                         |                     |                                        |        | 212,47        | 50                | 62,6    | 214,4            | 1719                                     |
| Всего                         |                     |                                        |        |               |                   |         |                  |                                          |

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.П.Рохо-Фернандес/



# МЕНЮ

25 сентября 2023 г.

1-4 класс

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                     |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                     |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 196                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>МОЛОЧНАЯ | 200    | 16,11         | 9,6               | 6,9     | 28,2             | 210                                      |
| 2008                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ И<br>МАСЛОМ       | 60     | 19,93         | 5,2               | 12,2    | 20,7             | 213                                      |
| 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                         |                     |                                     |        | 60,99         | 15,6              | 19,5    | 78,9             | 552                                      |
| Всего                         |                     |                                     |        | 60,99         | 15,6              | 19,5    | 78,9             | 552                                      |

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Л.Рохо-Фернандес/



# МЕНЮ

25 сентября 2023 г.

5-11 класс

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                     |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                     |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 196                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>МОЛОЧНАЯ | 250    | 19,27         | 12,1              | 16,6    | 39,4             | 356                                      |
| 2008                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ И<br>МАСЛОМ       | 95     | 28,98         | 8,1               | 16,8    | 35               | 324                                      |
| 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                         |                     |                                     |        | 73,20         | 21                | 33,8    | 104,4            | 809                                      |
| Всего                         |                     |                                     |        | 73,20         | 21                | 33,8    | 104,4            | 809                                      |

Утверждаю

Директор

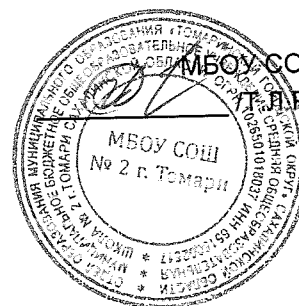
МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т. В. Рохо-Фернандес/

# МЕНЮ

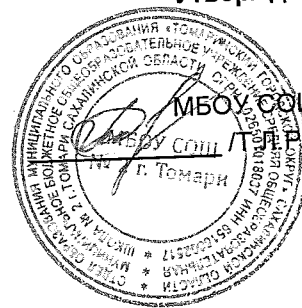
25 сентября 2023 г.

КМНС



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                     |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                     |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 196                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>МОЛОЧНАЯ | 250    | 19,24         | 12,1              | 16,6    | 39,4             | 356                                      |
| 2008                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ И<br>МАСЛОМ       | 95     | 28,99         | 8,1               | 16,8    | 35               | 324                                      |
| 2011                          | 376                 | ЧАЙ С САХАРОМ                       | 200/10 | 2,97          | 0,4               |         | 20,2             | 82                                       |
| 2008                          |                     | ФРУКТЫ                              | 100    | 22,01         | 0,4               | 0,4     | 9,8              | 47                                       |
| Итого                         |                     |                                     |        | 73,21         | 21                | 33,8    | 104,4            | 809                                      |
| Всего                         |                     |                                     |        | 73,21         | 21                | 33,8    | 104,4            | 809                                      |

Утверждаю



Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Г.Т. Рохо-Фернандес/

# МЕНЮ

25 сентября 2023 г.

## Дополнительное

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                     | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                        |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                        |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 196                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>МОЛОЧНАЯ    | 250    | 19,27         | 12,1              | 16,6    | 39,4             | 356                                      |
| 2008                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ И<br>МАСЛОМ          | 95     | 28,98         | 8,1               | 16,8    | 35               | 324                                      |
| 2011                          | 376                 | ЧАЙ С САХАРОМ                          | 200/10 | 2,95          | 0,4               |         | 20,2             | 82                                       |
| Итого                         |                     |                                        |        | 51,20         | 20,6              | 33,4    | 94,6             | 762                                      |
| Обед                          |                     |                                        |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 72                  | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ               | 250    | 40,23         | 8,8               | 3,3     | 12,9             | 117                                      |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ         | 150    | 8,53          | 5,5               | 4,8     | 31,3             | 191                                      |
| 2008                          | 307                 | ПТИЦА ОТВАРНАЯ                         | 100    | 58,20         | 8,2               | 14,4    | 1,5              | 260                                      |
| 2011                          | 24                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ<br>И ОГУРЦОВ | 80     | 14,14         | 0,7               | 4,8     | 3                | 58                                       |
| 2011                          | 347                 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ<br>КОНСЕРВИРОВАННЫХ   | 200    | 9,33          | 0,2               |         | 25,6             | 103                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫЙ                  | 70/40  | 5,06          | 5,3               | 0,4     | 35,1             | 166                                      |
| Итого                         |                     |                                        |        | 135,49        | 28,7              | 27,7    | 109,4            | 895                                      |
| Всего                         |                     |                                        |        | 186,69        | 49,3              | 61,1    | 204              | 1657                                     |