

Утверждаю

И.О. директора
МБОУ СОШ № 2 г.Томари
В.В.Новикова/



МЕНЮ

19 октября 2023 г.

1-4 ОВЗ

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	33,24	10,6	7,5	12	208
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	80	23,81	2,2	4,8	6,3	77
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	11,03	5,1	3,9	20,6	138
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	2,95	0,4		20,2	82
2008		ФРУКТЫ	100	23,60	0,4	0,4	9,8	47
Итого				94,63	18,7	16,6	68,9	552
Обед								
2011	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	14,10	3,5	4,1	12,4	149
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,33	3,7	5,9	18,6	224
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	30,16	9,3	8,6	2,7	139
2011	67	ВИНЕГРЕТ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	11,39	1,3	4,8	7	76
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	19,35	0,2	0,1	20,5	86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНОЙ	50/25	5,25	4,9	0,6	31,5	152
Итого				91,58	22,9	24,1	92,7	826
Всего				186,21	41,6	40,7	161,6	1378

Утверждаю

И.О. директора
МБОУ СОШ № 2 г.Томари
В.В.Новикова/



МЕНЮ

19 октября 2023 г.

5-11 ОВЗ

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	45,51	14,5	23,9	2,7	284
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	100	29,77	2,8	6	7,7	96
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	23,60	0,4	0,4	9,8	47
Итого				118,35	26,1	35,9	75,3	732
Обед								
2011	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	17,86	4,4	5,1	15,5	186
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	200	14,75	4,9	7,9	51,8	298
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	33,65	14,7	9,4	3	154
2011	67	ВИНЕГРЕТ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	14,20	1,6	5,9	8,6	95
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	19,35	0,2	0,1	20,5	86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНОЙ	70/40	7,70	7,1	1	46,2	222
Итого				107,51	32,9	29,4	145,6	1041
Всего				225,86	59	65,3	220,9	1773



МЕНЮ

19 октября 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	33,24	10,6	7,5	12	208
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	80	23,81	2,2	4,8	6,3	77
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	11,03	5,1	3,9	20,6	138
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	2,95	0,4		20,2	82
2008		ФРУКТЫ	100	23,60	0,4	0,4	9,8	47
Итого				94,63	18,7	16,6	68,9	552
Всего				94,63	18,7	16,6	68,9	552

Утверждаю



И.О. директора
МБОУ СОШ № 2 г.Томари
/В.В.Новикова/

МЕНЮ

19 октября 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	45,51	14,5	23,9	2,7	284
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	100	29,77	2,8	6	7,7	96
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	23,60	0,4	0,4	9,8	47
Итого				118,35	26,1	35,9	75,3	732
Всего				118,35	26,1	35,9	75,3	732

Утверждаю



МЕНЮ

19 октября 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	45,50	14,5	23,9	2,7	284
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	100	29,78	2,8	6	7,7	96
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	95	16,53	8	5,6	34,9	223
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	2,97	0,4		20,2	82
2008		ФРУКТЫ	100	23,59	0,4	0,4	9,8	47
Итого				118,37	26,1	35,9	75,3	732
Всего				118,37	26,1	35,9	75,3	732

Утверждаю



И.О. директора
МБОУ СОШ № 2 г. Томари
/В.В. Новикова/

МЕНЮ

19 октября 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	45,51	14,5	23,9	2,7	284
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	100	29,77	2,8	6	7,7	96
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				94,75	25,7	35,5	65,5	685
Обед								
2011	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	14,10	3,5	4,1	12,4	149
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,32	3,7	5,9	38,9	224
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	30,15	13	8,4	2,7	139
2011	67	ВИНЕГРЕТ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	11,39	1,3	4,8	7	76
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	19,35	0,2	0,1	20,5	86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНОЙ	50/25	5,25	4,9	0,6	31,5	152
Итого				91,56	26,6	23,9	113	826
Всего				186,31	52,3	59,4	178,5	1511