

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 ноября 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	33,24	10,6	10,3	12,8	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	19,4	69,7	552
Обед								
2011	67	ВИНЕГРЕТ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	11,53	1,3	4,8	7	76
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	20,99	6,1	7,3	17	168
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	30,16	9,3	8,6	2,7	139
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,33	3,7	5,9	18,6	224
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				98,61	25,5	27,3	97,3	845
Всего				193,24	44,2	46,7	167	1397

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Л.В.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

23 ноября 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	45,51	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	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	26,16	10,3	10,4	18,9	211
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	14,40	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				116,01	38,8	34,7	149	1066
Всего				234,36	64,9	70,6	224,3	1798

Утверждаю

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



МЕНЮ

23 ноября 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	10,3	12,8	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	19,4	69,7	552
Всего				94,63	18,7	19,4	69,7	552

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

/Т.Л.Роха-Фернандес/

МЕНЮ

23 ноября 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

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Л.П.Рохо-Фернандес/



МЕНЮ
23 ноября 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



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

МЕНЮ

23 ноября 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	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	20,99	8,2	8,4	15	169
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	11,54	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				98,60	31,3	28,2	115,6	846
Всего				193,35	57	63,7	181,1	1531