

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Л.Д.Рохо-Фернандес/



МЕНЮ

19 января 2024 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	150	45,91	10,8	12,5	22,7	284
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	100	29,77	1,8	1,8	17,6	96
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
Итого				89,66	18,1	18,2	81,1	600
Обед								
2011	88	СВЕКОЛЬНИК	200	25,22	6	8,7	9,2	138
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	86,69	13,3	17,5	16,1	319
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	80	27,87	2,3	2,1	8,6	158
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНОЙ	50/25	5,25	4,9	0,6	31,5	152
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	19,35	0,2	0,1	20,5	86
Итого				164,38	26,7	29	85,9	853
Всего				254,04	44,8	47,2	167	1453

Утверждаю



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

МЕНЮ

19 января 2024 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	45,91	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				95,15	25,7	35,5	65,5	685
Обед								
2011	88	СВЕКОЛЬНИК	250	31,62	7,5	10,9	11,5	172
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	86,69	20,3	19,3	16,1	319
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	100	34,95	2,9	2,6	10,8	198
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				180,31	38	33,9	105,1	997
Всего				275,46	63,7	69,4	170,6	1682



Директор
МБОУ СОШ № 2 г.Томари
Д.Рохос-Фернандес/

МЕНЮ

19 января 2024 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	33,53	10,6	12,5	22,7	284
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	80	23,81	1,8	1,8	17,6	96
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
Итого				71,32	17,9	18,2	81,1	600
Всего				71,32	17,9	18,2	81,1	600



Директор
МБОУ СОШ № 2 г.Томари
/Г.Л.Рехо-Фернандес/

МЕНЮ

19 января 2024 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	45,91	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				95,15	25,7	35,5	65,5	685
Всего				95,15	25,7	35,5	65,5	685



Утверждаю

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

МЕНЮ
19 января 2024 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	45,90	14,5	23,9	2,7	284
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	100	29,80	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
Итого				95,20	25,7	35,5	65,5	685
Всего				95,20	25,7	35,5	65,5	685

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

/Т.Л.Рохо-Фернандес/



МЕНЮ

19 января 2024 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	45,91	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				95,15	25,7	35,5	65,5	685
Обед								
2011	88	СВЕКОЛЬНИК	200	25,21	6	8,7	9,2	138
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	86,69	20,3	19,3	16,1	319
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	19,35	0,2	0,1	20,5	86
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	80	27,88	2,3	2,1	8,6	158
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНОЙ	50/25	5,25	4,9	0,6	31,5	152
Итого				164,38	33,7	30,8	85,9	853
Всего				259,53	59,4	66,3	151,4	1538