

Утверждаю



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

МЕНЮ

16 января 2025 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	33,96	11,00	8,00	12,00	180,00
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	80	23,81	2,00	5,00	11,30	88,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	11,60	5,00	4,00	21,00	138,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	3,77	0,40	0,00	15,50	64,00
2008		ФРУКТЫ	100	23,60	0,00	0,00	10,00	44,00
Итого				96,74	18,40	17,00	69,80	514,00
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	24,86	6,10	7,30	17,00	168,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	12,34	3,70	5,90	18,60	224,00
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	27,16	11,40	8,40	2,70	132,00
2011	67	ВИНЕГРЕТ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	12,04	1,20	5,00	6,90	78,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,30	0,00	0,00	19,40	77,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНОЙ	50/25	5,25	4,90	0,70	31,50	151,00
Итого				90,95	27,30	27,30	96,10	830,00
Всего				187,69	45,70	44,30	165,90	1 344,00

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 января 2025 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	200	61,72	19,30	31,80	3,60	378,00
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	100	29,77	2,80	6,00	7,80	96,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	95	17,32	8,00	5,70	35,00	224,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	3,77	0,40	0,00	15,40	64,00
Итого				112,58	30,50	43,50	61,80	762,00
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	31,12	7,60	9,20	21,20	210,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	200	16,08	4,90	7,90	24,80	299,00
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	30,29	12,70	9,70	2,90	150,00
2011	67	ВИНЕГРЕТ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	15,12	1,50	6,00	8,70	96,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНОЙ	70/40	7,70	7,20	1,00	46,10	222,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,30	0,00	0,00	19,40	77,00
Итого				109,61	33,90	33,80	123,10	1 054,00
Всего				222,19	64,40	77,30	184,90	1 816,00

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.И.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

16 января 2025 г.

1-4 класс



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	33,96	10,60	10,30	12,40	208,00
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	80	23,81	2,20	5,00	6,60	80,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	11,60	5,10	3,80	20,60	138,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	3,77	0,40	0,00	15,40	64,00
Итого				73,14	18,30	19,10	55,00	490,00
Всего				73,14	18,30	19,10	55,00	490,00

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 января 2025 г.

5-11 класс



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	46,51	14,50	23,90	2,70	284,00
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	100	29,77	2,80	6,00	7,80	96,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	95	17,32	8,00	5,70	35,00	224,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	3,77	0,40	0,00	15,40	64,00
Итого				97,37	25,70	35,60	60,90	668,00
Всего				97,37	25,70	35,60	60,90	668,00

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 января 2025 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	46,52	14,50	23,90	2,70	284,00
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	100	29,79	2,80	6,00	7,80	96,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	95	17,32	8,00	5,70	35,00	224,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	3,79	0,40	0,00	15,40	64,00
Итого				97,42	25,70	35,60	60,90	668,00
Всего				97,42	25,70	35,60	60,90	668,00

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Г.Л.Рехо-Фернандес/

МЕНЮ

16 января 2025 г.

Дополнительное



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	46,51	14,50	23,90	2,70	284,00
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	100	29,77	2,80	6,00	7,80	96,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	95	17,32	8,00	5,70	35,00	224,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	3,77	0,40	0,00	15,40	64,00
Итого				97,37	25,70	35,60	60,90	668,00
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	31,12	7,60	9,20	21,20	210,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	200	16,06	4,90	7,90	24,80	299,00
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	30,28	12,70	9,70	2,90	150,00
2011	67	ВИНЕГРЕТ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	12,01	1,20	5,00	6,90	78,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,30	0,00	0,00	19,40	77,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНОЙ	50/25	5,25	4,90	0,70	31,50	151,00
Итого				104,02	31,30	32,50	106,70	965,00
Всего				201,39	57,00	68,10	167,60	1 633,00