

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

Т.Л.Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

13 марта 2025 г.

1-4 ОБЗ



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	34,54	11,00	8,00	12,00	180,00
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИР.)	80	23,81	2,00	5,00	11,30	88,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	3,77	0,40	0,00	15,50	64,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	11,60	5,00	4,00	21,00	138,00
2008		ФРУКТЫ	100	23,60	0,00	0,00	10,00	44,00
Итого				97,32	18,40	17,00	69,80	514,00
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	25,98	6,10	7,30	17,00	168,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	12,90	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	12,60	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				93,19	27,30	27,30	96,10	830,00
Всего				190,51	45,70	44,30	165,90	1 344,00

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

Т.Л. Рохо-Фернандес/

МЕНЮ
13 марта 2025 г.

5-11 ОБЗ



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	200	62,77	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
2008		ФРУКТЫ	100	23,60	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				137,23	30,90	43,90	71,60	809,00
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	32,40	7,60	9,20	21,20	210,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	200	16,80	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	15,76	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				112,25	33,90	33,80	123,10	1 054,00
Всего				249,48	64,80	77,70	194,70	1 863,00

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

Г. Л. Рохо-Фернандес/

МЕНЮ
13 марта 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	34,54	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
2008		ФРУКТЫ	100	23,60	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				97,32	18,70	19,50	64,80	537,00
Всего				97,32	18,70	19,50	64,80	537,00

Утверждаю



Директор

МБОУ СОШ № 2 г. Томари

Т. В. Прохо-Фернандес/

МЕНЮ

13 марта 2025 г.

5-11 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	47,31	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
2008		ФРУКТЫ	100	23,60	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				121,77	26,10	36,00	70,70	715,00
Всего				121,77	26,10	36,00	70,70	715,00

Утверждаю

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

МЕНЮ
13 марта 2025 г.

КМНС



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	47,35	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
2008		ФРУКТЫ	100	23,59	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				121,84	26,10	36,00	70,70	715,00
Всего				121,84	26,10	36,00	70,70	715,00

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ № 2 г.Томари

К. Л. Рохо-Фернандес/

МЕНЮ

13 марта 2025 г.

Дополнительное



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	47,31	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				98,17	25,70	35,60	60,90	668,00
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	32,40	7,60	9,20	21,20	210,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	200	16,78	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	12,60	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
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	100	30,00	5,10	2,50	30,00	163,00
Итого				136,61	36,40	35,00	136,70	1 128,00
Всего				234,78	62,10	70,60	197,60	1 796,00