

Утверждаю

Директор
МОБУ СОШ №2 с. Красноусольский
Басыров М.Р./



МЕНЮ

18 марта 2021 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20	2,2	0,2	15,8	74
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	160/5/5	5,6	6,9	24,4	183
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,2	0,6	16	111
Итого				11,1	7,7	65,1	404
II Завтрак							
2008	411	КИСЕЛЬ	150	0,1	0,1	20,9	85
Итого				0,1	0,1	20,9	85
Обед							
2018	43	САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	30	1,1	3,4	2,9	46
2011	98	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	1,4	3,7	7	68
2018	145	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	170	15,7	14,3	16,9	262
2011	375	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ С ЯБЛОКАМИ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3	0,1	14,1	60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,7	0,5	13,4	92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2,1	0,2	24,6	109
Итого				23,3	22,2	78,9	637
Полдник							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	8,8	15,5	1,7	181
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,3	1,3	10,2	58
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
2011	399	БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕНКОЙ	105	5,1	8,3	36	239
Итого				17,8	25,4	77,4	609
Всего				52,3	55,4	242,3	1735