



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

МЕНЮ

19 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	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/0/10	1,5	0,6	16,4	76
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160/3/3	4,4	5,2	21,1	152
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,6	1,6	12,2	69
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,2	0,6	16	111
Итого				10,7	8	65,7	408
II Завтрак							
2008		ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71
Итого				0,6	0,6	14,7	71
Обед							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,4	1,5	2,4	26
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,8	2	14,4	87
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50/0/50	10	5,5	4,4	115
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	130/0/5	3	3,9	31,7	173
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,7	0,5	13,4	92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2,1	0,2	24,6	109
Итого				21,1	13,6	99,8	638
Полдник							
2012	151	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,7	6	20,4	157
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,5	30
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
Итого				7,9	8,3	72,3	401
Всего				40,3	30,5	252,5	1518