

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	20/0/10	4,1	3,6	10,3	90
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	160/0/5	4,5	7,7	17,4	158
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,2	0,6	16	111
Итого				11,9	11,9	52,6	395
II Завтрак							
2018	325	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	150			16,8	67
Итого						16,8	67
Обед							
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	30	2,4	3	4,6	55
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	180	5,8	4,4	19,1	142
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	120/0/60	14,6	11,1	22,5	249
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				27,7	19,2	93,1	683
Полдник							
2008	211	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	130	7	11,4	30,6	256
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	428	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	50	4,4	1,7	30	152
Итого				15,3	14,7	100,3	597
Всего				54,9	45,8	262,8	1742