

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 апреля 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/0/10	1,6	8,9	10,4	127
2011	120	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	170	3,9	4	14,1	108
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,6	1,6	12,2	69
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				9,7	14,8	66,2	435
II Завтрак							
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ВИТАМИНОМ С	150	0,3	0,1	20,4	85
Итого				0,3	0,1	20,4	85
Обед							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	30	1,1	3,1	2,3	41
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/0/5	4,5	7,3	8,6	126
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60		3,9		35
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,9	5	19,9	136
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,2		23,2	95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,7	0,5	13,4	92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				14	20,1	96,9	656
Полдник							
2011	186	ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ИЗЮМОМ	105	4,3	8	25,8	195
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,8	18,3	110
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				9,7	11,1	73,6	436
Всего				33,7	46,1	257,1	1612