



«Утверждаю»
Директор МОБУ СОШ
с. Белое Озеро:
 /Кириллова О.В./

МЕНЮ

14 июня 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/0/10	4,8	3,4	11	114
2018	195	КАША "АРТЕК" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150/5/5	6,1	5,2	31,2	191
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,3	1,3	10,2	57
Итого				12,2	9,9	52,4	362
II Завтрак							
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150	0,2	0,1	16,2	68
Итого				0,2	0,1	16,2	68
Обед							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,4	2,2	3,6	51
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/0/5	3,6	5,8	7,1	102
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60		3,8		34
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,8	5,5	30,9	201
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,5	30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,7	0,5	13,4	92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2,1	0,2	24,6	109
Итого				15,7	18	87,1	619
Полдник							
2011	202.1	ВЕРМЕШЕЛЬ С МАСЛОМ	150/0/5	5,9	5,1	36,5	216
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,5	30
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				8,6	5,4	73,5	377
Всего				36,7	33,4	229,2	1426