



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

МЕНЮ

16 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	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/0/10	2,2	0,4	17,1	100
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3/3	4	4,7	19	138
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,3	1,3	10,2	57
Итого				7,5	6,4	46,3	295
II Завтрак							
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				0,4	0,4	9,8	47
Обед							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,4	1,5	2,4	26
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	2,3	1,7	12	72
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	30/0/30	6	3,2	2,7	69
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	130/0/5	3	3,9	31,7	173
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				16,6	11	94,3	571
Полдник							
2012	151	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,9	4,6	16,4	126
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,5	30
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				5,6	4,9	53,4	287
Всего				30,1	22,7	203,8	1200