



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

МЕНЮ
17 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/0/10	2,3	8,7	11,1	151
2011	120	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,5	3,5	12,4	95
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,3	1,3	10,2	57
Итого				7,1	13,5	33,7	303
II Завтрак							
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,2	0,2	20,9	86
Итого				0,2	0,2	20,9	86
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	150	3,6	5,7	7,1	102
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60		3,9		35
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	4,2	17,1	116
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,7	0,5	13,4	92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				12,5	17,7	76,8	547
Полдник							
2011	186	ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ИЗЮМОМ	105	4,3	8	25,8	195
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				7	8,3	62,7	356
Всего				26,8	39,7	194,1	1292