



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

МЕНЮ
18 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150/0/5	3,6	6,5	14,9	132
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30
Итого				5,9	6,9	39,4	262
II Завтрак							
2008	411	КИСЕЛЬ	150	0,1	0,1	20,9	85
Итого				0,1	0,1	20,9	85
Обед							
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	30	2,4	3	4,6	55
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	150	4,9	3,7	15,9	118
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	120/0/60	14,6	11,1	22,5	249
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	25	2,1	0,2	24,6	109
Итого				26,8	18,5	88,4	653
Полдник							
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	5,6	4,8	31,9	194
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,3	1,3	10,2	58
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				9,5	6,4	71,6	383
Всего				42,3	31,9	220,3	1383