

Утверждаю

Директор
МБОУ "Борская средняя общеобразовательная школа"
_____/Егорова Н.Л./

МЕНЮ
14 января 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	6,75	6,58	32,13	215,84	0,76
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	145	4,26	3,56	12,36	99,71	0,71
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,31	0,89	15,83	80,67	0,00
Итого			356	13,32	11,03	60,32	396,22	1,47
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	56	0,44	0,06	0,94	7,22	2,78
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, КУРОЙ И ГРЕНКАМИ	200/10/10	16,57	11,47	30,44	291,35	5,49
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С РИСОМ, С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	165/25	18,10	19,72	35,99	398,39	0,59
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,12	0,41	19,97	96,08	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,51	0,21	13,64	68,23	62,10
Итого			693	38,74	31,87	100,98	861,27	70,96
Полдник								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	80	1,11	1,39	6,47	42,71	3,03
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4,21	8,06	22,98	182,00	10,49
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,31	0,89	15,83	80,67	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,60	0,00	13,48	56,29	0,12
Итого			411	8,23	10,34	58,76	361,67	13,64
Всего				60,29	53,24	220,06	1 619,16	86,07