

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 октября 2025 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								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	190	4,60	4,55	29,34	176,79	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	51	3,82	4,99	37,88	212,29	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	140	0,52	0,00	10,09	42,38	0,11
Итого			381	8,94	9,54	77,31	431,46	0,11
II Завтрак								
2008		БАНАН	54	0,81	0,27	11,29	51,60	5,38
Итого			54	0,81	0,27	11,29	51,60	5,38
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	11,03	12,46	13,81	218,32	13,51
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	160	2,70	4,39	28,19	162,96	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,83	23,55	6,71	293,82	0,51
2012	363	СОУС	55	0,99	2,41	6,01	49,88	0,73
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	65	4,30	0,57	27,55	132,57	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,55	0,23	16,16	79,41	67,14
Итого			745	33,40	43,61	98,43	936,96	81,89
Полдник								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	54	1,02	4,80	4,15	64,14	3,77
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	185	5,14	4,58	29,44	180,30	13,63
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	5,47	4,49	18,92	139,24	0,96
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	3,13	1,21	21,48	109,48	0,00
Итого			461	14,76	15,08	73,99	493,16	18,36
Всего				57,91	68,50	261,02	1 913,18	105,74