

Утверждаю

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

МЕНЮ
8 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	8,76	8,17	37,37	259,15	0,83
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,01	3,28	16,57	112,71	0,70
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	3,08	1,19	21,09	107,49	0,00
Итого			401	15,85	12,64	75,03	479,35	1,53
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	75	0,90	4,16	5,27	62,04	2,47
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	9,97	7,39	15,23	172,86	6,05
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	4,44	4,64	20,08	139,79	0,00
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	11,88	10,27	5,57	164,36	0,01
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,09	0,41	19,78	95,18	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,19	36,71	0,00
Итого			717	30,28	26,87	75,12	670,94	8,53
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	210	4,63	8,65	21,66	185,02	34,92
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	155	0,62	0,00	13,71	57,25	0,13
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,40	1,32	23,33	118,91	0,00
Итого			410	8,65	9,97	58,70	361,18	35,05
Всего				54,78	49,48	208,85	1 511,47	45,11