

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 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	175	4,29	3,17	27,38	155,31	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	1,36	0,00	11,53	51,56	0,28
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			385	7,90	6,11	61,23	331,97	0,28
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	53	0,42	0,05	0,90	6,87	2,64
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ,КУРИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ.	200	11,46	14,07	16,65	245,35	14,03
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	14,58	16,68	27,87	320,16	1,68
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,19	32,75	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			663	29,77	31,24	74,81	707,11	18,35
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	12,81	26,35	7,80	320,49	0,81
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,61	2,91	14,98	101,34	0,62
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			410	20,17	30,71	48,48	552,83	1,43
Всего				57,84	68,06	184,52	1 591,91	20,06