

Утверждаю

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

МЕНЮ
1 декабря 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	180	4,48	3,04	28,65	160,08	0,00
2008		ПРЯНИКИ	70	4,11	3,28	52,30	255,24	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	135	0,59	0,00	9,89	41,91	0,12
Итого			385	9,18	6,32	90,84	457,23	0,12
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	92	0,37	0,37	8,97	43,03	9,15
Итого			92	0,37	0,37	8,97	43,03	9,15
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	46	0,87	4,10	3,54	54,79	3,22
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ,КАРТОФЕЛЕМ , СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ.	200	10,09	20,12	19,06	303,66	15,43
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	185	15,09	16,17	28,66	321,06	2,18
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,15	32,59	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			661	29,36	40,83	80,61	814,08	20,83
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	12,83	23,88	7,89	298,90	0,82
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,64	2,96	14,93	101,78	0,64
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	3,26	1,26	22,32	113,76	0,00
Итого			403	19,73	28,10	45,14	514,44	1,46
Всего				58,64	75,62	225,56	1 828,78	31,56