

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 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								
2012	416	КАША МАННАЯ	180	8,12	9,57	34,47	256,77	0,96
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,37	2,75	13,37	92,48	0,59
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	3,22	1,24	22,05	112,38	0,00
Итого			373	14,71	13,56	69,89	461,63	1,55
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	157	0,78	0,16	15,84	67,44	3,14
Итого			157	0,78	0,16	15,84	67,44	3,14
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/15/9	10,19	12,42	15,24	219,29	7,56
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	10,66	7,04	1,43	115,38	0,73
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	4,55	6,72	23,24	172,38	10,37
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,40	33,59	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,09	0,41	19,78	95,18	0,00
Итого			681	28,49	26,59	68,09	635,82	18,66
Полдник								
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	150	16,36	17,57	85,22	564,62	0,58
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,41	0,00	13,58	55,93	0,08
Итого			330	16,77	17,57	98,80	620,55	0,66
Всего				60,75	57,88	252,62	1 785,44	24,01