

Утверждаю

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

МЕНЮ
20 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	180	4,77	3,23	30,49	170,20	0,00
2008		ПРЯНИКИ	79	4,65	3,70	59,09	288,36	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,71	0,00	10,28	43,93	0,14
Итого			439	10,13	6,93	99,86	502,49	0,14
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	77	0,31	0,31	7,51	35,99	7,66
Итого			77	0,31	0,31	7,51	35,99	7,66
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ,КАРТОФЕЛЕМ , СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ.	200	10,92	21,54	22,48	334,04	17,67
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	15,13	16,49	31,84	336,61	2,23
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,51	34,01	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	57	3,75	0,50	24,02	115,58	0,00
Итого			617	29,80	38,53	86,85	820,24	19,90
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	12,91	25,54	8,16	315,16	0,85
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,79	3,07	15,66	106,21	0,66
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	49	3,66	1,41	25,08	127,82	0,00
Итого			409	20,36	30,02	48,90	549,19	1,51
Всего				60,60	75,79	243,12	1 907,91	29,21