

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 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								
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	185	7,02	7,50	36,01	240,71	0,91
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	185	5,20	4,37	19,48	139,52	0,87
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,76	1,07	18,94	96,53	0,00
Итого			407	14,98	12,94	74,43	476,76	1,78
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	58	0,47	0,06	0,99	7,56	2,91
2008	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ)	200	10,11	10,77	15,06	203,12	11,21
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	4,36	4,44	23,22	151,09	10,51
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	70	11,97	3,21	3,01	89,26	0,58
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,09	0,41	19,78	95,18	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,47	0,19	14,80	71,73	56,83
Итого			690	30,47	19,08	76,86	617,94	82,04
Полдник								
2012	449	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160/30	14,34	19,70	73,39	528,72	0,60
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,38	0,00	10,48	43,38	0,08
Итого			340	14,72	19,70	83,87	572,10	0,68
Всего				60,17	51,72	235,16	1 666,80	84,50