

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 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								
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,88	8,01	36,31	245,95	0,88
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,12	4,28	18,97	136,34	0,84
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,60	1,39	24,70	125,93	0,00
Итого			408	15,60	13,68	79,98	508,22	1,72
II Завтрак								
2008		БАНАН	98	1,47	0,49	20,53	93,86	9,78
Итого			98	1,47	0,49	20,53	93,86	9,78
Обед								
2008	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ)	200	11,62	11,98	18,34	231,63	12,40
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	75	11,29	5,48	1,56	105,52	0,77
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	165	5,22	5,08	30,66	190,00	14,31
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,07	73,34	59,36
Итого			680	32,59	23,27	91,06	722,87	86,84
Полдник								
2012	449	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	165/30	14,99	19,71	78,88	553,33	0,60
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,45	0,00	10,63	44,29	0,09
Итого			345	15,44	19,71	89,51	597,62	0,69
Всего				65,10	57,15	281,08	1 922,57	99,03