

Утверждаю

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

МЕНЮ
24 ноября 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	416	КАША МАННАЯ	170	7,87	6,41	34,05	225,52	0,92
2008		ПЕЧЕНЬЕ	67	5,06	6,61	50,17	281,21	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	135	0,56	0,00	9,37	39,71	0,12
Итого			372	13,49	13,02	93,59	546,44	1,04
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	88	0,35	0,35	8,63	41,37	8,80
Итого			88	0,35	0,35	8,63	41,37	8,80
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	90	1,06	5,45	6,23	78,09	2,92
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	9,06	9,63	12,50	178,24	12,33
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	145	2,63	2,64	27,70	145,03	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	15,57	20,24	5,29	265,43	0,59
2012	363	СОУС	50	0,65	1,92	3,84	35,40	0,66
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,47	0,19	14,30	69,61	56,40
Итого			805	32,75	40,51	91,06	873,78	72,90
Полдник								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	47	0,90	4,20	3,64	56,19	3,31
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	165	4,62	3,88	26,62	160,63	12,36
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,80	3,97	16,87	123,53	0,85
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,40	0,93	16,47	83,97	0,00
Итого			424	12,72	12,98	63,60	424,32	16,52
Всего				59,31	66,86	256,88	1 885,91	99,26