

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 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	190	4,71	3,69	30,07	172,54	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	53	3,98	5,19	39,43	221,01	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	145	0,53	0,00	10,46	43,94	0,11
Итого			388	9,22	8,88	79,96	437,49	0,11
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	11,30	12,69	14,26	223,75	13,99
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	150	2,66	3,52	27,93	154,06	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	14,42	24,12	6,80	301,67	0,54
2012	363	СОУС	55	1,03	2,41	6,18	50,79	0,78
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	63	4,19	0,56	26,85	129,17	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,56	0,23	16,32	80,40	68,57
Итого			738	34,16	43,53	98,34	939,84	83,88
Полдник								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	55	1,04	4,86	4,20	64,94	3,82
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	185	5,25	4,63	30,06	183,65	13,92
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	5,57	4,58	19,43	142,49	0,98
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	3,24	1,25	22,21	113,22	0,00
Итого			463	15,10	15,32	75,90	504,30	18,72
Всего				58,48	67,73	254,20	1 881,63	102,71