

Утверждаю

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

МЕНЮ
3 декабря 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	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	8,47	9,08	34,74	255,71	0,85
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,10	3,36	15,69	110,32	0,72
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	3,14	1,21	21,51	109,62	0,00
Итого			402	15,71	13,65	71,94	475,65	1,57
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	155	0,46	0,00	25,57	105,40	9,30
Итого			155	0,46	0,00	25,57	105,40	9,30
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	70	0,80	3,47	4,69	53,13	2,20
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	8,46	5,98	16,68	158,68	6,79
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	4,67	5,63	21,05	153,42	0,00
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	11,86	10,12	5,14	160,46	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,15	32,59	0,00
Итого			715	29,10	25,64	76,91	660,26	8,99
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	210	4,65	9,83	23,30	202,23	33,51
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	140	0,59	0,00	12,43	52,08	0,12
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,47	1,34	23,81	121,35	0,00
Итого			396	8,71	11,17	59,54	375,66	33,63
Всего				53,98	50,46	233,96	1 616,97	53,49