

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 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	416	КАША МАННАЯ	180	8,10	8,80	34,65	250,40	0,94
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,37	2,70	13,46	92,35	0,58
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,36	1,30	23,04	117,44	0,00
Итого			375	14,83	12,80	71,15	460,19	1,52
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/15/24	13,16	14,19	19,80	265,45	9,50
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	75	11,81	5,64	1,39	106,92	0,75
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	5,10	6,24	27,99	189,40	12,80
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,34	33,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
Итого			719	33,05	26,47	76,60	686,91	23,05
Полдник								
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	150	16,83	14,95	88,41	555,72	0,57
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,52	0,00	13,78	57,17	0,11
Итого			335	17,35	14,95	102,19	612,89	0,68
Всего				65,23	54,22	249,94	1 759,99	25,25