

Утверждаю

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

МЕНЮ
31 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	418	КАША ЯЧНЕВАЯ	180	7,40	9,48	25,88	219,52	0,85
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,39	1,31	23,21	118,32	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,52	0,00	13,89	57,63	0,11
Итого			410	11,31	10,79	62,98	395,47	0,96
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,91	2,87	5,45	51,86	8,79
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	8,90	7,22	13,71	160,84	5,12
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	5,09	5,46	22,98	161,18	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,41	22,47	6,34	281,04	0,50
2012	363	СОУС	50	0,64	3,17	3,74	46,25	0,66
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,59	82,22	72,26
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			750	32,85	41,87	90,01	885,37	87,33
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	12,83	23,89	7,94	299,13	0,83
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			380	17,33	25,49	48,79	494,63	3,83
Всего				61,49	78,15	201,78	1 775,47	92,12