

Утверждаю

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

МЕНЮ
3 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	7,34	9,47	25,76	218,63	0,84
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	165	4,64	3,88	16,24	119,82	0,76
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,38	1,31	23,13	117,90	0,00
Итого			390	15,36	14,66	65,13	456,35	1,60
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	53	0,42	0,05	0,90	6,89	2,65
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	8,90	7,28	13,81	161,78	5,11
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	3,11	3,17	19,87	120,47	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	14,63	29,11	5,18	340,93	0,56
2012	363	СОУС	50	0,80	3,30	4,73	51,94	0,68
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,66	82,49	72,00
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			743	31,76	43,59	82,35	866,48	81,00
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	12,75	23,86	7,81	298,05	0,82
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	17,25	25,46	48,66	493,55	3,82
Всего				64,37	83,71	196,14	1 816,38	86,42