

Утверждаю

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

МЕНЮ
8 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		ПЕЧЕНЬЕ	67	5,00	6,53	49,60	278,00	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	4,28	2,76	27,37	151,61	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	135	0,57	0,00	9,64	40,83	0,12
Итого			382	9,85	9,29	86,61	470,44	0,12
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	108	0,43	0,43	10,55	50,60	10,77
Итого			108	0,43	0,43	10,55	50,60	10,77
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	53	0,59	0,11	2,02	12,78	13,31
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	9,60	9,94	13,08	186,08	14,17
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	145	2,61	2,63	27,52	144,21	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	15,58	22,72	5,46	288,46	0,59
2012	363	СОУС	50	0,79	1,94	4,71	39,55	0,66
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,09	0,41	19,78	95,18	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,47	0,19	14,55	70,60	56,40
Итого			765	32,73	37,94	87,12	836,86	85,13
Полдник								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	48	0,91	4,25	3,67	56,76	3,34
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	4,77	3,98	27,20	164,53	12,58
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	5,09	4,22	17,60	129,89	0,90
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,44	0,94	16,74	85,32	0,00
Итого			431	13,21	13,39	65,21	436,50	16,82
Всего				56,22	61,05	249,49	1 794,40	112,84