

Утверждаю

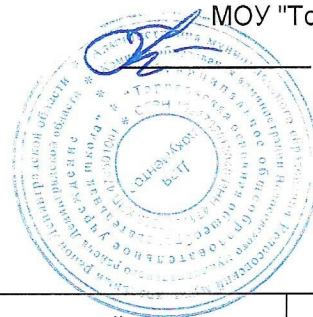
Директор

МОУ "Торосовская ООШ"

/Поплавская ОИ/

МЕНЮ

Сад 10,5 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	100	6,8	10,4	5,3	142	0,3
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,6	4,7	15,1	125	0,9
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	2	5,4	13,9	112	0
Итого			330	14,4	20,5	34,3	379	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Итого			150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ НА КБ СО СМЕТАНОЙ	200	5,8	9,2	12,1	161	11
2008	265	ПЛОВ	200	14	16,1	32,9	332	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			12,6	50	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	3	0,4	19,4	93	0
Итого			638	22,8	25,7	77	636	11,9
Полдник								
2008	227	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	26,9	18	31,3	399	0,6
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0
Итого			375	28,9	18,7	51,2	493	0,6
Всего				66,9	65,1	177,7	1573	16,7

медсестра _____ Шопперт ЛВ