

Утверждаю
директор
МБОУ школа-интернат №3
Ватлин А.В.

МЕНЮ

15 января 2025 г.

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|-----------------------------------|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| 1-4 классы | | | | | | | | |
| 2011 | | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ | 81 | 20,73 | 0,90 | 5,00 | 3,70 | 65,00 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 151 | 13,46 | 3,70 | 6,30 | 33,00 | 204,00 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ | 250 | 25,37 | 6,50 | 10,70 | 8,50 | 157,00 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 8,45 | 0,00 | 0,00 | 23,20 | 93,00 |
| 2008 | 256 | СВИНИНА В СОУСЕ | 90 | 53,31 | 12,50 | 35,30 | 3,60 | 382,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ | 84 | 6,64 | 6,40 | 0,50 | 42,20 | 199,00 |
| Итого | | | | 127,96 | 30,00 | 57,80 | 114,20 | 1 100,00 |
| 5-11 классы | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 8,45 | 0,00 | 0,00 | 23,20 | 93,00 |
| 2008 | 256 | СВИНИНА В СОУСЕ | 110 | 65,12 | 15,30 | 42,90 | 4,60 | 466,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ | 84 | 6,64 | 6,40 | 0,50 | 42,20 | 199,00 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ | 280 | 31,88 | 7,50 | 13,70 | 9,80 | 193,00 |
| 2011 | | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ | 100 | 25,80 | 1,10 | 6,00 | 4,60 | 79,00 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 180 | 15,72 | 4,40 | 7,60 | 39,40 | 244,00 |
| Итого | | | | 153,61 | 34,70 | 70,70 | 123,80 | 1 274,00 |
| овз 5-11 | | | | | | | | |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ | 280 | 31,88 | 7,50 | 13,70 | 9,80 | 193,00 |
| 2011 | | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ | 100 | 25,80 | 1,10 | 6,00 | 4,60 | 79,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ | 84 | 6,64 | 6,40 | 0,50 | 42,20 | 199,00 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 180 | 15,72 | 4,40 | 7,60 | 39,40 | 244,00 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 8,45 | 0,00 | 0,00 | 23,20 | 93,00 |
| 2008 | 256 | СВИНИНА В СОУСЕ | 110 | 65,12 | 15,30 | 42,90 | 4,60 | 466,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,05 | 0,20 | 0,00 | 15,90 | 64,00 |
| 2008 | 471 | БУЛОЧКА ПЛЮШКА | 92 | 23,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| к/к | к/к | ГРУША | 130 | 45,36 | 0,50 | 0,40 | 13,00 | 59,00 |
| Итого | | | | 224,02 | 35,40 | 71,10 | 152,70 | 1 397,00 |
| овз 1-4 | | | | | | | | |
| 2011 | | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ | 81 | 20,73 | 0,90 | 5,00 | 3,70 | 65,00 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 151 | 13,46 | 3,70 | 6,30 | 33,00 | 204,00 |
| 2008 | 256 | СВИНИНА В СОУСЕ | 90 | 53,75 | 12,50 | 35,50 | 3,60 | 384,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ | 84 | 6,64 | 6,40 | 0,50 | 42,20 | 199,00 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ | 250 | 25,37 | 6,50 | 10,70 | 8,50 | 157,00 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 8,45 | 0,00 | 0,00 | 23,20 | 93,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,05 | 0,20 | 0,00 | 15,90 | 64,00 |

| | | | | | | | | |
|-----------------|-----|--------------------------------------|-----|---------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| 2008 | 471 | БУЛОЧКА ПЛЮШКА | 92 | 23,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| к/к | к/к | ГРУША | 130 | 45,36 | 0,50 | 0,40 | 13,00 | 59,00 |
| Итого | | | | 198,81 | 30,70 | 58,40 | 143,10 | 1 225,00 |
| сво 5-11 | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 8,44 | 0,00 | 0,00 | 23,20 | 93,00 |
| 2008 | 256 | СВИНИНА В СОУСЕ | 110 | 65,13 | 15,30 | 42,90 | 4,60 | 466,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ | 84 | 6,62 | 6,40 | 0,50 | 42,20 | 199,00 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ | 280 | 31,86 | 7,50 | 13,70 | 9,80 | 193,00 |
| 2011 | | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ | 100 | 25,74 | 1,10 | 6,00 | 4,60 | 79,00 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 180 | 15,74 | 4,40 | 7,60 | 39,40 | 244,00 |
| Итого | | | | 153,53 | 34,70 | 70,70 | 123,80 | 1 274,00 |