

Утверждаю

директор

МБОУ школа-интернат №3

/Ватлин А.В./

МЕНЮ

18 сентября 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1-4 классы								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	223	123,08	34,30	50,50	24,10	690,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	22,40	0,20	16,60	0,20	150,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,05	0,20	0,00	15,90	64,00
1981	1089	хлеб выпечка	101	3,60	4,50	5,40	28,50	180,00
Итого				151,13	39,20	72,50	68,70	1 084,00
5-11 классы								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	252	139,20	38,90	56,70	27,30	778,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,05	0,20	0,00	15,90	64,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	33,60	0,30	24,90	0,30	225,00
1981	1089	хлеб выпечка	111	4,00	5,00	6,40	31,20	202,00
Итого				178,85	44,40	88,00	74,70	1 269,00
овз 5-11								
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	33,60	0,20	24,80	0,20	224,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,05	0,00	0,00	15,50	62,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	252	139,20	38,90	56,70	27,30	778,00
1981	1089	хлеб выпечка	82	2,97	3,70	4,30	23,10	146,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,16	0,90	5,00	3,60	62,00
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (101	17,95	1,90	15,10	10,50	187,00
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180/6	33,70	9,40	12,00	34,70	285,00
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	280	19,97	11,60	11,80	20,80	236,00
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	106	45,69	17,20	7,00	4,00	148,00
1981	1089	хлеб выпечка	111	4,00	5,00	6,40	31,20	202,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45	0,00	0,00	23,20	93,00
Итого				309,74	88,80	143,10	194,10	2 423,00
овз 1-4								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	223	123,08	34,30	50,50	24,10	690,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,05	0,00	0,00	15,50	62,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	22,40	0,20	16,60	0,20	150,00
1981	1089	хлеб выпечка	62	2,27	2,80	3,30	17,00	108,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	31	1,36	0,60	3,00	2,20	38,00
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (80	14,31	1,50	12,10	8,40	149,00
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	28,31	7,90	10,10	29,10	240,00
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	106	45,69	17,20	7,00	4,00	148,00
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	17,89	10,40	10,10	18,80	208,00
1981	1089	хлеб выпечка	93	3,36	4,10	5,40	25,80	167,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45	0,00	0,00	23,20	93,00
Итого				269,17	79,00	118,10	168,30	2 053,00
СВО								
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	33,60	0,20	24,80	0,20	224,00

2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,05	0,00	0,00	15,50	62,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	252	139,20	38,90	56,70	27,30	778,00
1981	1089	хлеб выпечка	82	3,00	3,70	4,30	23,10	146,00
Итого				177,85	42,80	85,80	66,10	1 210,00