

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 ноября 2024 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1-4 классы								
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	151/5	10,62	5,70	4,70	36,30	210,00
2008	257	ПОДЖАРКА	91	39,56	11,90	30,30	3,30	334,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45	0,00	0,00	23,20	93,00
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	80	14,24	1,50	8,20	7,80	111,00
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	250	23,52	6,70	10,80	16,30	190,00
1981	1089	хлеб выпечка	93	3,44	4,10	5,40	25,80	167,00
Итого				99,83	29,90	59,40	112,70	1 105,00
5-11 классы								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	280	29,06	7,80	13,80	18,00	228,00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	181/6	12,71	6,80	5,60	43,10	250,00
2008	257	ПОДЖАРКА	109	48,20	14,60	36,30	3,70	400,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45	0,00	0,00	23,20	93,00
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	17,70	1,80	10,20	9,70	139,00
1981	1089	хлеб выпечка	111	4,07	5,00	6,40	31,20	202,00
Итого				120,19	36,00	72,30	128,90	1 312,00
овз 5-11								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	280	29,06	7,80	13,80	18,00	228,00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	181/6	12,71	6,80	5,60	43,10	250,00
2008	257	ПОДЖАРКА	109	48,20	14,60	36,30	3,70	400,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45	0,00	0,00	23,20	93,00
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	17,70	1,80	10,20	9,70	139,00
1981	1089	хлеб выпечка	111	4,07	5,00	6,40	31,20	202,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,05	0,20	0,00	15,90	64,00
2008	471	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	100	25,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		БАНАН	200	81,51	3,00	1,00	42,00	192,00
Итого				228,75	39,20	73,30	186,80	1 568,00
овз 1-4								
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	151/5	10,62	5,70	4,70	36,30	210,00
2008	257	ПОДЖАРКА	91	39,56	11,90	30,30	3,30	334,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45	0,00	0,00	23,20	93,00
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	80	14,24	1,50	8,20	7,80	111,00
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	250	23,52	6,70	10,80	16,30	190,00
1981	1089	хлеб выпечка	93	3,44	4,10	5,40	25,80	167,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	471	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		БАНАН	200	81,51	3,00	1,00	42,00	192,00
Итого				181,34	32,90	60,40	154,70	1 297,00

сво 5-11

2008	76	СВЕКОЛЬНИК	280	29,06	7,80	13,80	18,00	228,00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	181/6	12,71	6,80	5,60	43,10	250,00
2008	257	ПОДЖАРКА	109	48,26	14,60	36,30	3,70	400,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,42	0,00	0,00	23,20	93,00
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	17,67	1,80	10,20	9,70	139,00
1981	1089	хлеб выпечка	111	4,10	5,00	6,40	31,20	202,00
Итого				120,22	36,00	72,30	128,90	1 312,00