



Утверждаю

директор

МБОУ школа-интернат №3

/Ватлин А.В./

МЕНЮ

7 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	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	31	1,35	0,60	3,00	2,20	38,00
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	81	20,73	0,90	5,00	3,70	65,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	151	12,92	3,70	6,30	33,00	204,00
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250	22,26	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
1981	1089	хлеб выпечка	93	3,44	4,10	5,40	25,80	167,00
2008	257	ГУЛЯШ	91	57,80	15,50	15,80	3,30	217,00
Итого				126,95	31,30	46,20	99,70	941,00
5-11 классы								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	280	28,30	7,50	13,70	9,70	193,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,15	0,90	5,00	3,60	62,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	15,07	4,40	7,60	39,40	244,00
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	25,80	1,10	6,00	4,60	79,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45	0,00	0,00	23,20	93,00
2008	257	ГУЛЯШ	109	70,00	18,80	19,50	3,70	265,00
1981	1089	хлеб выпечка	111	4,07	5,00	6,40	31,20	202,00
Итого				153,84	37,70	58,20	115,40	1 138,00
овз 5-11								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	280	28,30	7,50	13,70	9,70	193,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,15	0,90	5,00	3,60	62,00
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	25,80	1,10	6,00	4,60	79,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	15,07	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	257	ГУЛЯШ	109	70,00	18,80	19,50	3,70	265,00
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 С МАКОМ	200	50,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	164	69,50	1,50	0,30	13,30	70,00
Итого				275,39	39,40	58,50	144,60	1 272,00
овз 1-4								
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	31	1,35	0,60	3,00	2,20	38,00
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	81	20,73	0,90	5,00	3,70	65,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	151	12,92	3,70	6,30	33,00	204,00
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250	22,26	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
1981	1089	хлеб выпечка	93	3,44	4,10	5,40	25,80	167,00
2008	257	ГУЛЯШ	91	57,80	15,50	15,80	3,30	217,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,05	0,20	0,00	15,90	64,00
2008	471	БУЛОЧКА С МАКОМ	200	50,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	164	69,50	1,50	0,30	13,30	70,00
Итого				248,50	33,00	46,50	128,90	1 075,00

сво 5-11

2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	280	28,31	7,50	13,70	9,70	193,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,15	0,90	5,00	3,60	62,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	15,07	4,40	7,60	39,40	244,00
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	25,79	1,10	6,00	4,60	79,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45	0,00	0,00	23,20	93,00
2008	257	ГУЛЯШ	109	70,00	18,80	19,50	3,70	265,00
1981	1089	хлеб выпечка	111	4,10	5,00	6,40	31,20	202,00
Итого				153,87	37,70	58,20	115,40	1 138,00