

Утверждаю

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

## МЕНЮ

3 октября 2022 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	
<b>1-4 классы</b>								
2008	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	100	47,86	11,6	12,6	6,2	185
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	31,68	7,6	9,8	28	232
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	80	19,52	1	4,9	3,3	61
		хлеб выпечка	100	3,60	4,4	5,4	27,9	178
2008	437	НАПИТОК	200/24	12,05	0,2		25,4	103
<b>Итого</b>				<b>114,70</b>	<b>24,8</b>	<b>32,7</b>	<b>90,8</b>	<b>759</b>
<b>5-11 классы</b>								
2008	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	120	57,40	13,7	15,1	7,3	222
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	33,73	8	10,4	29,9	247
		хлеб выпечка	120	4,43	5,3	6,5	34,1	216
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	24,41	1,1	6,1	4	76
2008	437	НАПИТОК	200/24	12,05	0,2		25,4	103
<b>Итого</b>				<b>132,01</b>	<b>28,3</b>	<b>38,1</b>	<b>100,7</b>	<b>864</b>
<b>овз 5-11</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	250	29,01	13	16	45,7	380
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250/5	28,75	8,4	6,8	24,6	195
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,22			14,6	58
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	120	16,31	2,3	5,1	11,5	102
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
		хлеб выпечка	120	4,43	5,3	6,5	34,1	216
2008	265	ПЛОВ	250	50,26	18,3	34,3	73,8	678
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,19			23,3	93
		хлеб выпечка	120	4,43	5,3	6,5	34,1	216
<b>Итого</b>				<b>151,09</b>	<b>52,7</b>	<b>83,5</b>	<b>261,8</b>	<b>2013</b>



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

## МЕНЮ

3 октября 2022 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ИНТЕРНАТ</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	250	31,48	13,1	16,2	57,5	429
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250	22,01	10,4	9,4	20,6	210
2008	232	СОЛЯНКА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	185	43,22	3,5	5,3	18,1	136
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,37			14,6	58
		СНЕЖОК	200	22,80				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	60	14,58	4,5	5,9	44,6	250
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	265	47,24	17,1	34,5	59,1	615
2008		БАНАН	100	40,73	1,5	0,5	21	96
		СЫРКИ ТВОРОЖНЫЕ	50	25,50				
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,11	0,2		16,2	66
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,11	0,2		16,2	66
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	70	14,99	6,4	10,2	2,3	126
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,76			23,4	94
		хлеб выпечка	130	2,50	4,2	0,5	27,2	130
		хлеб выпечка	130	2,50	4,2	0,5	27,2	130
		хлеб выпечка	130	2,49	4,2	0,5	27,2	130
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	73	13,57	0,8	0,1	2,8	18
<b>Итого</b>				<b>303,44</b>	<b>70,4</b>	<b>91,9</b>	<b>378,1</b>	<b>2629</b>

Утверждаю

директор

МБОУ школа-интернат №3

/Ватлин А.В./



# МЕНЮ

3 октября 2022 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	
<b>ПЕРСОНАЛ</b>								
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250	24,22	8,8	11,4	15,4	202
2008	265	ПЛОВ	250	42,47	16,3	34,4	51,3	580
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,85			23,3	93
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	13,54	0,8	0,1	2,7	17
		хлеб выпечка	100	2,78	4,5	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>				<b>90,86</b>	<b>30,4</b>	<b>51,3</b>	<b>121,2</b>	<b>1072</b>
<b>ДЕТИ</b>								
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250	24,22	8,8	11,4	15,4	202
2008	265	ПЛОВ	250	42,47	16,3	34,4	51,3	580
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,85			23,3	93
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	13,54	0,8	0,1	2,7	17
		хлеб выпечка	100	2,78	4,5	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>				<b>90,87</b>	<b>30,4</b>	<b>51,3</b>	<b>121,2</b>	<b>1072</b>