



## МЕНЮ

10 октября 2022 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>1-4 классы</b>								
2008	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150	47,78				
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	17,35	13,4	31,6	11,2	384
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	8,99	0,8	6,1	3	70
		хлеб выпечка	100	3,76	5,5	4,8	31,3	191
2008	437	НАПИТОК	200/24	11,63	4,4	5,4	27,9	178
<b>Итого</b>				<b>89,51</b>	<b>24,3</b>	<b>47,9</b>	<b>98,7</b>	<b>926</b>
<b>5-11 классы</b>								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	110	19,13	1	6,7	3,3	77
		хлеб выпечка	100	3,76	4,4	5,4	27,9	178
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	8,99	5,5	4,8	31,3	191
2008	437	НАПИТОК	200/24	11,63	0,2		25,3	103
2008	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	170	52,67	15,6	36,5	10,2	433
<b>Итого</b>				<b>96,18</b>	<b>26,7</b>	<b>53,4</b>	<b>98</b>	<b>982</b>
<b>овз 5-11</b>								
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	35,91	9,7	4,1	19,3	153
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,22			14,6	58
2008	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	170	52,65	15,6	36,5	10,2	433
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	26,93	9,6	9,7	37,5	277
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
		хлеб выпечка	100	3,76	4,4	5,4	27,9	178
2008	437	НАПИТОК	200/24	11,63	0,2		25,3	103
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	17,36	0,8	6,1	3	70
		хлеб выпечка	100	3,75	4,4	5,4	27,9	178
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	9,00	5,5	4,8	31,3	191
<b>Итого</b>				<b>170,71</b>	<b>50,3</b>	<b>80,3</b>	<b>197,1</b>	<b>1716</b>



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

## МЕНЮ

10 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	95	СУП ИЗ РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	23,72	7,7	10	17,7	192
2011	378	ЧАЙ	200	2,98	0,3		20,1	82
2008		ЙОГУРТ	200	22,80	5,6	5	9	113
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,39	0,2		19,9	80
2008		ПРЯНИКИ	80	22,24	4,7	3,8	60	293
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,82			19,4	77
2008		АПЕЛЬСИН	141	62,37	1,3	0,3	11,4	61
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	14,18	6,5	8,9	41,1	269
1996	701	СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	150	50,82	17,1	27,9	50,8	523
2008	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	165	47,52	9,7	22,3	25,6	344
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	95	21,07	0,6	10,1	2,4	104
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	32,27	9,3	15,7	34,9	318
2008	437	НАПИТОК	200	17,47	0,1		20,1	83
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	105	33,63	6,1	14,3	7,8	184
		хлеб выпечка	130	2,50	4,2	0,5	27,2	130
		хлеб выпечка	130	2,50	4,2	0,5	27,2	130
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	105	18,07	0,8	10,1	2,9	106
		хлеб выпечка	130	2,47	4,2	0,5	27,2	130
<b>Итого</b>				<b>389,32</b>	<b>82,7</b>	<b>138,2</b>	<b>424,8</b>	<b>3294</b>