



МЕНЮ

12 октября 2022 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	25	1,56	0,5	2,5	1,8	31
2008	437	НАПИТОК	200/24	11,63	0,2		25,3	103
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (80	18,68	1,5	12	8	147
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	32,82	7,7	9,9	28,8	238
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	99	25,29	1,9	5	3,3	66
		хлеб выпечка	100	3,76	4,4	5,4	27,9	178
Итого				93,74	16,2	34,8	95,1	763
5-11 классы								
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,60	0,9	4,9	3,6	61
2008	437	НАПИТОК	200/24	11,64	0,2		25,3	103
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (100	23,77	1,9	15,1	10	184
		хлеб выпечка	100	3,76	4,4	5,4	27,9	178
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	119	30,58	2,3	6,2	3,9	80
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	36,36	8,5	11	31,6	261
Итого				108,71	18,2	42,6	102,3	867
овз 5-11								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	190	79,87	29,5	44,4	21,8	607
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ С ШИПОВНИКОМ	185/15/7	3,71	0,2	0,1	17,9	77
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	17,00	0,1	16,5	0,2	150
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,56	0,5	2,5	1,8	31
2008	437	НАПИТОК	200/24	11,63	0,2		25,3	103
		хлеб выпечка	100	3,76	4,4	5,4	27,9	178
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (120	19,19	2,4	18,1	12,6	223
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180/6	38,95	9,3	12,1	34,6	285
2008	101	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	25,13	5,7	3,4	18,8	129
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	140	36,77	5,5	9,1	4,1	120
Итого				237,57	57,8	111,6	165	1903

Утверждаю

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



МЕНЮ

12 октября 2022 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ИНТЕРНАТ								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	220	90,27	34	50,3	24,1	686
		пирог брусничный	100	41,98	26	7	233,4	1102
2008		ЙОГУРТ	200	22,80	5,6	5	9	113
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,82			19,4	77
2008	101	СУП ГОРОХОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	250	18,54	10,6	16,6	15,7	254
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,82			19,4	77
2008		ПЕЧЕНЬЕ	70	17,01	5,3	6,9	52,1	292
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	75	7,88	1,4	7,4	5,4	92
2008		МАНДАРИН	104	49,84	0,8	0,2	7,8	39
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,2		19,9	80
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	437	НАПИТОК	200	14,43	0,1		20,1	83
2011	265	ПЛОВ С МЯСОМ	340	76,78	28,4	54,8	92	976
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	110	18,92	0,9	0,1	1,9	14
		хлеб выпечка	130	2,21	4,2	0,5	27,2	130
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	105	18,77	2	19,5	15,1	244
		хлеб выпечка	130	2,21	4,2	0,5	27,2	130
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190/6	41,61	10,3	16	36,4	331
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	105	33,12	6,1	14,3	7,8	184
		хлеб выпечка	130	2,19	4,2	0,5	27,2	130
Итого				473,10	144,4	207,9	661,2	5109