



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

МЕНЮ

13 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	
1-4 классы								
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	99	56,46	17,3	28,4	8,9	359
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	9,21	3,6	4,6	37,7	206
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,54	0,5	2,5	1,8	31
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	90	15,49	1	5,3	4,1	71
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,18			23,3	93
		хлеб выпечка	100	3,76	4,4	5,4	27,9	178
Итого				94,64	26,8	46,2	103,7	938
5-11 классы								
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	119	67,71	20,5	34,1	10,7	430
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	10,98	4,3	5,5	45,2	247
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,55	0,5	2,5	1,8	31
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	110	19,14	1,3	6,7	5	87
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,19			23,3	93
		хлеб выпечка	100	3,73	4,4	5,4	27,9	178
Итого				111,30	31	54,2	113,9	1066
овз 5-11								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	27,60	9,8	9,6	47,9	318
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	17,00	0,1	16,5	0,2	150
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250/5	36,64	2,1	8	9,1	117
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	129	72,05	22,8	36,1	10,8	458
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	10,98	4,3	5,5	45,2	247
		хлеб выпечка	100	3,76	4,4	5,4	27,9	178
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,58	0,9	4,9	3,6	61
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,22			14,6	58
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	110	19,12	1,3	6,7	5	87
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,18			23,3	93
Итого				199,13	45,7	92,7	187,6	1767

Утверждаю

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



МЕНЮ

13 октября 2022 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ИНТЕРНАТ								
2011	111	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	32,78	10,4	15,8	41,8	350
2011	399	БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ	130	20,92	9,2	14,7	56,4	394
2011	290	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	195	72,87	45,9	47,4	2,7	621
		СНЕЖОК	250	28,50				
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250	31,94	11,8	23,4	9	295
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190/6	41,61	10,3	16	36,4	331
2008		ПРЯНИКИ	80	22,24	4,7	3,8	60	293
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,82			19,4	77
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	130	59,84	21,7	50,1	9,1	574
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	115	11,12	0,9	10,1	2,7	105
2008		ГРУША	99	34,65	0,4	0,3	10,2	47
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	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	75	7,88	1,4	7,4	5,4	92
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,2		19,9	80
		хлеб выпечка	130	2,21	4,2	0,5	27,2	130
		хлеб выпечка	130	2,21	4,2	0,5	27,2	130
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	85	14,16	0,9	9,8	3,6	108
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,39			19,4	77
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	170	14,03	4,2	7,1	37,2	230
		хлеб выпечка	130	2,18	4,2	0,5	27,2	130
Итого				419,65	134,9	215,7	434,8	4219