

Утверждаю

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



МЕНЮ

14 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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,18	6	5,5	27,1	181
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	90	33,74	10,8	27,7	2,8	304
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	9,50	0,8	6,1	3	70
		хлеб выпечка	100	3,10	4,4	5,4	27,9	178
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	21,48			19,4	77
Итого				78,00	22	44,7	80,2	810
5-11 классы								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	12,44	7,4	6,8	33,6	225
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	120	11,31	1	7,3	3,6	84
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	110	41,49	13,3	33,8	3,4	371
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	28,65			19,4	77
		хлеб выпечка	100	3,07	4,4	5,4	27,9	178
Итого				96,96	26,1	53,3	87,9	935
овз 5-11								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	250	12,25	5,2	7,1	46,8	272
		СУП С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	299	41,07	6,7	11,5	8,3	163
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	12,44	7,4	6,8	33,6	225
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,55			14,6	58
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	120	11,32	1	7,3	3,6	84
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	28,66			19,4	77
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	110	41,50	13,3	33,8	3,4	371
		хлеб выпечка	100	3,10	4,4	5,4	27,9	178
Итого				160,39	38,1	80,2	157,7	1503



МЕНЮ

14 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	
ИНТЕРНАТ								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	250	36,30	12,7	16,7	64,7	460
		СУП С МОРСКОЙ КАПУСТЫ	315	37,60	14,7	26,4	8,1	328
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	13,53	7,4	10	33	250
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	97	21,34	0,4	0,4	9,5	46
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	155	37,31	10,2	19,2	86,5	558
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,2		19,9	80
2008	259	МЯСО ТУШЕНОЕ	115	38,08	12,3	34,5	9,3	398
		хлеб выпечка	130	2,21	4,2	0,5	27,2	130
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,82			19,4	77
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	105	10,07	0,8	10,1	2,9	106
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	28,43			19,4	77
		хлеб выпечка	130	2,19	4,2	0,5	27,2	130
Итого				239,78	67,2	126,6	327,2	2715