

Утверждаю

директор

МБОУ школа-интернат №3

/Ватлин А.В./

МЕНЮ

19 сентября 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	265	ПЛОВ С МЯСОМ	250	50,26	18,3	34,3	73,8	678
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	90	17,39	1	0,2	3,4	22
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,76			23,3	93
		хлеб выпечка	100	3,76	4,4	5,4	27,9	178
Итого				79,17	23,7	39,9	128,4	971
5-11 классы								
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	280	56,95	20,5	38,4	82,8	759
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	90	17,38	1	0,2	3,4	22
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,77			23,3	93
		хлеб выпечка	100	3,77	4,4	5,4	27,9	178
Итого				85,87	25,9	44	137,4	1052
овз 5-11								
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250/5	29,06	8,4	6,8	24,6	195
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,22			14,6	58
		хлеб выпечка	100	3,76	4,4	5,4	27,9	178
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	280	56,96	20,5	38,4	82,8	759
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	16,00	0,2	16,6	0,2	150
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	250	46,52	13	16	53,9	413
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	90	17,39	1	0,2	3,4	22
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,76			23,3	93
		хлеб выпечка	100	3,76	4,4	5,4	27,9	178
Итого				182,43	51,9	88,8	258,6	2046



МЕНЮ

19 сентября 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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	250	34,45	13,2	18,4	60,9	461
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250	34,11	15,8	20,4	31,7	377
2008	232	СОЛЯНКА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	310	61,30	16,4	37,7	24,8	507
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ШИПОВНИКОМ	185/15/7	5,38	0,3	0,1	24,1	105
		СНЕЖОК						
2008		ВАФЛИ	200	22,80				
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	60	19,20	1,7	2	46,4	212
2008		БАНАН	335	60,65	21,8	43,5	75,2	780
		СЫРКИ ТВОРОЖНЫЕ	84	23,94	1,3	0,4	17,6	81
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	100	51,00				
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	200	2,40	0,2		19,9	80
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	200	2,40	0,2		19,9	80
		хлеб выпечка	90	22,03	10,2	15	2,1	184
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	130	7,86	5,5	10,4	27,4	224
		хлеб выпечка	200	5,39			19,4	77
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	130	7,86	5,5	10,4	27,4	224
		хлеб выпечка	69	12,81	0,8	0,1	2,6	17
Итого			130	7,84	5,5	10,4	27,4	224
				389,92	98,5	177,1	426,9	3708

мед. работник _____ Юдина О.Ю.