

Утверждаю

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



МЕНЮ

19 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	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	90	33,74	10,8	27,7	2,8	304
2008	437	НАПИТОК	200/24	12,15	0,2		25,3	103
		хлеб выпечка	100	3,10	4,4	5,4	27,9	178
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	10,42	6,2	5,6	27,9	187
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	14,62	0,7	10,1	2,3	103
Итого				74,03	22,3	48,8	86,2	875
5-11 классы								
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	120	45,26	14,5	36,9	3,6	405
2008	437	НАПИТОК	200/24	12,16	0,2		25,3	103
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	12,20	7,2	6,5	32,5	217
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	120	17,56	0,9	12,1	2,7	123
		хлеб выпечка	100	3,07	4,4	5,4	27,9	178
Итого				90,25	27,2	60,9	92	1026
овз 5-11								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	250	45,48	16,9	18,9	67,6	510
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,55			14,6	58
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	120	45,28	14,5	36,9	3,6	405
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	437	НАПИТОК	200/24	12,15	0,2		25,3	103
		хлеб выпечка	100	3,10	4,4	5,4	27,9	178
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	12,20	7,2	6,5	32,5	217
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	280	40,01	3,7	9,7	22,3	193
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	120	17,57	0,9	12,1	2,7	123
		хлеб выпечка	100	3,10	4,4	5,4	27,9	178
Итого				188,94	52,3	103,2	224,5	2040

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	250	33,42	12,1	16	62,3	441
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	95	57,21	15,5	27,5	14,3	368
2008		ЙОГУРТ	150	17,10	4,2	3,8	6,8	85
		пирог брусничный	100	42,26	26	7	233,4	1102
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	80	51,38	16,6	42,8	12,3	501
2008		ПРЯНИКИ	80	22,24	4,7	3,8	60	293
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,88			19,4	77
2008	437	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	20,80	0,1	0,1	24,9	103
2008		МАНДАРИН	104	49,84	0,8	0,2	7,8	39
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	14,60			19,4	77
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,45	0,2		19,9	80
		хлеб выпечка	130	2,20	4,2	0,5	27,2	130
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	5,16	0,2		0,5	4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190/6	41,61	10,3	16	36,4	331
		хлеб выпечка	130	2,20	4,2	0,5	27,2	130
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	14,33	3,6	4,6	37,7	206
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	30,89	11,5	20	18,3	301
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	120	17,72	0,9	10,1	2,7	105
		хлеб выпечка	130	2,23	4,2	0,5	27,2	130
Итого				438,02	119,4	161,7	657,8	4578