

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 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	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,71			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	9,48	5,6	4,7	35,9	209
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	40,18	11,8	25,2	12,1	322
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,50	0,5	2,5	1,8	31
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	15,32	1,7	10,1	9,6	138
		хлеб выпечка	100	3,14	4,5	5,4	28,5	180
Итого				78,33	24,1	47,9	111,2	973
5-11 классы								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,71			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180	11,17	6,5	5,5	41,7	242
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	120	47,75	14	30,2	14,5	387
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,49	0,9	4,9	3,6	61
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	120	18,22	2,2	12,1	11,6	166
		хлеб выпечка	100	3,10	4,5	5,4	28,5	180
Итого				91,44	28,1	58,1	123,2	1129
овз 5-11								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,71			23,3	93
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	11,36	6,7	5,7	43,1	250
		хлеб выпечка	100	3,10	4,4	5,4	27,9	178
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	120	47,75	14	30,2	14,5	387
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,55			14,1	56
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,48	0,9	4,9	3,6	61
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	120	18,28	2,2	12,1	11,6	166
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	250	25,99	9	12,3	40,2	307
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	280	60,71	9	13,9	18,2	233
		хлеб выпечка	100	3,10	4,4	5,4	27,9	178
Итого				191,53	50,7	98,2	224,5	1984

Утверждаю

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



МЕНЮ

20 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	250	36,32	14,5	17,3	63,9	468
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,88			19,4	77
		СНЕЖОК	250	28,50				
2008		ВАФЛИ	60	19,20	1,7	2	46,4	212
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,44			19,4	77
2008		ГРУША	99	34,65	0,4	0,3	10,2	47
2011	442	БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	155	34,16	15,4	17,8	37,8	371
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	12,47	5,4	8,8	34,3	237
		хлеб выпечка	130	2,21	4,2	0,5	27,2	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,88			19,4	77
2008	22	ПОМИДОР ПОРЦИЯМИ	89	16,47	1	0,2	3,4	21
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	245	39,33	11,3	30,2	13,3	370
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	80	51,39	16,6	42,8	12,3	501
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	145	13,14	3,6	6,1	31,8	197
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	85	15,49	1,9	17,9	19,7	247
		хлеб выпечка	130	2,21	4,2	0,5	27,2	130
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	19,00	1	0,2	19,8	86
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	115	17,74	2	10,1	9,7	140
		хлеб выпечка	130	2,17	4,2	0,5	27,2	130
2008	99	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	250	41,18	14,4	23	15	324
Итого				403,33	101,9	186,5	457,5	3917