

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 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 | | | | | | | | |
| | | хлеб выпечка | 100 | 3,14 | 4,5 | 5,4 | 28,5 | 180 |
| 2011 | 347 | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 200 | 28,66 | | | 19,4 | 77 |
| 2008 | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 100 | 14,23 | 2,1 | 5,1 | 10,4 | 95 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 150 | 10,96 | 3,7 | 6,3 | 32,8 | 203 |
| 2008 | 257 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 100 | 53,55 | 13,2 | 15 | 3 | 200 |
| Итого | | | | 110,54 | 23,5 | 31,8 | 94,1 | 755 |
| 5-11 классы | | | | | | | | |
| 2011 | 347 | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 200 | 28,66 | | | 19,4 | 77 |
| | | хлеб выпечка | 100 | 3,10 | 4,4 | 5,4 | 27,9 | 178 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 150 | 10,95 | 3,7 | 6,3 | 32,8 | 203 |
| 2008 | 257 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 120 | 64,32 | 16 | 17,9 | 3,6 | 240 |
| 2008 | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 120 | 17,02 | 2,4 | 6 | 12,3 | 114 |
| Итого | | | | 124,05 | 26,5 | 35,6 | 96 | 812 |
| овз 5-11 | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ | 250 | 32,14 | 12,4 | 13,8 | 62,6 | 423 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 8,50 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 2011 | 347 | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 200 | 28,66 | | | 19,4 | 77 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 1,54 | | | 14,6 | 58 |
| 2008 | 257 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 120 | 64,37 | 16 | 17,9 | 3,6 | 240 |
| | | хлеб выпечка | 100 | 3,10 | 4,4 | 5,4 | 27,9 | 178 |
| 2008 | 111 | СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250/25 | 20,34 | 5,4 | 11,4 | 14,4 | 183 |
| | | хлеб выпечка | 100 | 3,10 | 4,4 | 5,4 | 27,9 | 178 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 150 | 10,96 | 3,7 | 6,3 | 32,8 | 203 |
| 2008 | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 120 | 17,02 | 2,4 | 6 | 12,3 | 114 |
| Итого | | | | 189,73 | 48,8 | 74,5 | 215,6 | 1729 |

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 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 | | | | | | | | |
| 2011 | 399 | БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ | 130 | 20,95 | 9,2 | 14,7 | 56,4 | 394 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15/7 | 1,88 | | | 19,4 | 77 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 8,50 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 97 | 21,34 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 46 |
| 2011 | 347 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ | 200 | 27,54 | | | 9,7 | 39 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 250 | 36,36 | 12,7 | 16,7 | 64,7 | 460 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 1,88 | | | 19,4 | 77 |
| | | хлеб выпечка | 130 | 2,21 | 4,2 | 0,5 | 27,2 | 130 |
| | | хлеб выпечка | 130 | 2,21 | 4,2 | 0,5 | 27,2 | 130 |
| 2008 | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 110 | 16,12 | 2 | 9,8 | 14,7 | 155 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 145 | 13,14 | 3,6 | 6,1 | 31,8 | 197 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 60/50 | 58,71 | 15,4 | 21,6 | 9,3 | 293 |
| 2011 | 117 | СУП С КРУПОЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 | 16,89 | 5,1 | 15,6 | 25,1 | 261 |
| Итого | | | | 227,73 | 56,9 | 94,2 | 314,5 | 2334 |