



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

## МЕНЮ

25 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	
<b>1-4 классы</b>								
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	15,32	1,7	10,1	9,6	138
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
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	62,51	15,4	16,8	3	226
		хлеб выпечка	150	4,52	6,7	8,1	42,7	270
<b>Итого</b>				<b>100,54</b>	<b>29,4</b>	<b>39,7</b>	<b>114,5</b>	<b>936</b>
<b>5-11 классы</b>								
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	120	18,28	2,2	12,1	11,6	166
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
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	120	75,03	18,6	20,1	3,6	271
		хлеб выпечка	150	4,50	6,7	8,1	42,7	270
<b>Итого</b>				<b>117,69</b>	<b>34</b>	<b>45,8</b>	<b>122,9</b>	<b>1042</b>
<b>овз 5-11</b>								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	276	178,62	28,4	19,9	19,5	374
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	280	40,49	2,8	9,4	18,7	171
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	11,36	6,7	5,7	43,1	250
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,55			14,6	58
2008	257	ПОДЖАРКА	125	86,44	21,4	22,6	4,4	306
		хлеб выпечка	150	4,52	6,7	8,1	42,7	270
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,71			23,3	93
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	120	18,27	2,2	12,1	11,6	166
		хлеб выпечка	150	4,52	6,7	8,1	42,7	270
<b>Итого</b>				<b>362,98</b>	<b>75</b>	<b>94,2</b>	<b>220,7</b>	<b>2033</b>

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

## МЕНЮ

25 октября 2022 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ИНТЕРНАТ</b>								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	280	105,18	39,2	35,9	39,6	645
2008	282	ЗРАЗЫ С ЯЙЦОМ	155	69,22	21,3	28,9	1,7	352
		СНЕЖОК	200	22,80				
2011	82	СВЕКОЛЬНИК	265	26,41	10,5	18	24,5	302
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,46	0,2		19,9	80
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	26,09	5,2	11,1	26,4	226
2008		ВАФЛИ	60	19,20	1,7	2	46,4	212
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,88			19,4	77
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180/6	13,42	6,5	8,9	41,1	269
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	80	13,91	1,9	8,2	19,7	160
2008		БАНАН	84	39,90	1,3	0,4	17,6	81
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	140	28,81	7,1	3,5	42	228
2008	257	ПОДЖАРКА	120	78,03	19,9	25,5	9,3	347
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,44			19,4	77
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,45	0,2		19,9	80
		хлеб выпечка	160	2,74	5,2	0,7	34	162
		хлеб выпечка	160	2,74	5,2	0,7	34	162
2008	51	ВИНЕГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	105	16,27	2	10,1	9,7	139
		хлеб выпечка	160	2,69	5,2	0,7	34	162
<b>Итого</b>				<b>488,14</b>	<b>132,7</b>	<b>162,9</b>	<b>458,7</b>	<b>3836</b>