



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

МЕНЮ

27 сентября 2022 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1-4 классы								
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	17,67	1,7	10,1	9,6	138
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,18			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	8,47	5,6	4,7	35,9	209
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	80	30,17	9,6	24,5	2,5	270
		хлеб выпечка	100	3,82	4,5	5,4	28,5	180
Итого				68,31	21,4	44,7	99,8	890
5-11 классы								
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	120	21,09	2,2	12,1	11,6	166
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,20			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	170	9,70	6,1	5,1	39,4	229
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	38,26	12	30,7	3	338
		хлеб выпечка	100	3,82	4,5	5,4	28,5	180
Итого				81,07	24,8	53,3	105,8	1006
овз 5-11								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	225	78,14	31,3	22,8	26,7	442
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	250/5	32,90	2,3	8	16,9	150
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	10,16	6,7	5,7	43,1	250
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,21			14,6	58
2008	257	ПОДЖАРКА	100	41,82	13,2	33,3	3,4	367
2008		МАНДАРИН	100	48,06	0,8	0,2	7,5	38
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,18			23,3	93
		хлеб выпечка	100	3,82	4,5	5,4	28,5	180
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	25,50	0,3	24,9	0,3	225
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	120	21,08	2,2	12,1	11,6	166
		хлеб выпечка	100	3,82	4,5	5,4	28,5	180
Итого				274,69	65,8	117,8	204,4	2149

Утверждаю

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



МЕНЮ

27 сентября 2022 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ИНТЕРНАТ								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	225	83,09	31,9	30,5	28,5	521
2008	282	ЗРАЗЫ С ЯЙЦОМ	155	84,75	23,3	20,2	1,7	282
		СНЕЖОК	200	22,80				
2011	82	СВЕКОЛЬНИК	265	29,10	9,1	18,3	24,8	301
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,2		19,9	80
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	28,90	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	1,82			19,4	77
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180/6	14,46	6,5	8,9	41,1	269
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	80	14,34	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	30,14	7,1	3,5	42	228
2008	257	ПОДЖАРКА	100	60,53	15,4	21,6	9,3	293
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
		хлеб выпечка	130	7,86	5,5	10,4	27,4	224
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,38			19,4	77
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,41	0,2		19,9	80
2008	51	ВИНЕГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	105	17,88	2	10,1	9,7	139
		хлеб выпечка	130	7,86	5,5	10,4	27,4	224
		хлеб выпечка	130	7,82	5,5	10,4	27,4	224
Итого				489,14	122,4	174,3	428,1	3773