

Утверждаю

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



МЕНЮ

28 сентября 2022 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ИНТЕРНАТ								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	220	90,44	34	50,3	24,1	686
2008		ЙОГУРТ	200	22,80	5,6	5	9	113
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ШИПОВНИКОМ	185/15/7	5,38	0,3	0,1	24,1	105
2008	101	СУП ГОРОХОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	250	20,09	10,6	16,6	15,7	254
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,82			19,4	77
2008		ПЕЧЕНЬЕ	70	17,01	5,3	6,9	52,1	292
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	75	8,68	1,4	7,4	5,4	92
2008		МАНДАРИН	104	49,84	0,8	0,2	7,8	39
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,2		19,9	80
1996	695	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	195	55,13	26	24,4	62	570
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	437	НАПИТОК	200	17,46	0,1		20,1	83
2011	265	ПЛОВ С МЯСОМ	340	79,42	28,4	54,8	92	976
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	70	12,04	0,6	0,1	1,2	9
		хлеб выпечка	130	7,86	5,5	10,4	27,4	224
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	18,49	1,9	19,5	15	244
		хлеб выпечка	130	7,86	5,5	10,4	27,4	224
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	165	35,39	7,4	13,5	29,1	267
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	105	33,63	6,1	14,3	7,8	184
		хлеб выпечка	130	7,83	5,5	10,4	27,4	224
Итого				502,07	145,3	252,6	487	4818