

Утверждаю

директор  
МБОУ школа-интернат №3  
Шоронавс Батлин А.В./

## МЕНЮ

29 сентября 2022 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>1-4 классы</b>								
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	80	42,40	12,2	21,1	7	267
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,29	0,5	2,5	1,8	31
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	80	14,28	0,9	4,8	3,7	63
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,18			23,3	93
		хлеб выпечка	120	4,39	5,3	6,5	34,1	216
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	137	6,52	5,7	1,9	37	188
<b>Итого</b>				<b>77,06</b>	<b>24,6</b>	<b>36,8</b>	<b>106,9</b>	<b>858</b>
<b>5-11 классы</b>								
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	100	53,00	15,3	26,6	8,8	333
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	2,05	0,7	3,9	2,9	49
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	17,87	1,1	5,9	4,5	79
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,18			23,3	93
		хлеб выпечка	120	4,40	5,3	6,5	34,1	216
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	137	6,56	5,7	1,9	37	188
<b>Итого</b>				<b>92,07</b>	<b>28,1</b>	<b>44,8</b>	<b>110,6</b>	<b>958</b>
<b>овз 5-11</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	19,35	7,7	6,5	24,7	189
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	2	2,13		2,1		19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250	28,53	2,1	8	9,1	117
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	105	55,04	16,4	27,6	8,9	347
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	2,02	0,7	3,9	2,9	49
		хлеб выпечка	120	4,43	5,3	6,5	34,1	216
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,22			14,6	58
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	17,87	1,1	5,9	4,5	79
2008		МАНДАРИН	100	48,06	0,8	0,2	7,5	38
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	137	6,45	5,7	1,9	37	188
		хлеб выпечка	120	4,43	5,3	6,5	34,1	216
<b>Итого</b>				<b>189,51</b>	<b>45,1</b>	<b>69,1</b>	<b>177,4</b>	<b>1516</b>

Утверждаю

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



## МЕНЮ

29 сентября 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>ИНТЕРНАТ</b>								
2011	111	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	33,30	10,4	15,8	41,8	350
2011	399	БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ	130	21,38	9,2	14,7	56,4	394
2011	290	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	195	72,87	45,9	47,4	2,7	621
		СНЕЖОК	250	28,50				
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250/5	22,66	6,9	16,6	8,6	212
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190/6	44,58	10,3	16	36,4	331
2008		ПРЯНИКИ	80	22,24	4,7	3,8	60	293
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,82			19,4	77
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	125	62,87	19,9	34,8	9,1	427
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	115	20,53	0,9	10,1	2,7	105
2008		ГРУША	99	34,65	0,4	0,3	10,2	47
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,2		19,9	80
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	75	8,68	4,1	22,1	16,2	275
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,2		19,9	80
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	85	14,86	0,9	9,8	3,6	108
2008		ХЛЕБ	100	8,00	7,6	0,6	50,2	237
2008		ХЛЕБ	100	8,00	7,6	0,6	50,2	237
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,39			19,4	77
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	145	13,83	3,5	5,9	30,9	191
2008		ХЛЕБ	100	8,00	7,6	0,6	50,2	237
<b>Итого</b>				<b>445,46</b>	<b>140,4</b>	<b>207,4</b>	<b>507,9</b>	<b>4454</b>