

Утверждаю
 директор
 МБОУ «Школа-интернат №3»
 /Ватлин А.В./



МЕНЮ

30 сентября 2022 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1-4 классы								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,18	6	5,5	27,1	181
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	61,47	14,9	16,1	3,4	219
		хлеб выпечка	120	4,47	5,3	6,5	34,1	216
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	17,35	0,8	6,1	3	70
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	21,04			19,4	77
Итого				114,51	27	34,2	87	763
5-11 классы								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	12,44	7,4	6,8	33,6	225
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	121	74,23	18,1	19,5	4,2	265
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	116	20,09	1	7,1	3,6	82
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	21,03			19,4	77
		хлеб выпечка	120	4,46	5,3	6,5	34,1	216
Итого				132,25	31,8	39,9	94,9	865
овз 5-11								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/6	26,18	10	11,7	39,3	303
		СУП С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	318/5	29,35	6,2	8,6	7,8	133
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	12,44	7,4	6,8	33,6	225
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	61,47	14,9	16,1	3,4	219
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,22			14,6	58
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	17,35	0,8	6,1	3	70
		хлеб выпечка	120	4,47	5,3	6,5	34,1	216
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	21,04			19,4	77
к/к	к/к	ГРУША	130	62,66	1	0,3	9,5	48
		хлеб выпечка	120	4,47	5,3	6,5	34,1	216
Итого				249,15	51	70,9	198,9	1640



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

МЕНЮ

30 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	
ИНТЕРНАТ								
2008		ХЛЕБ	50	4,00	3,8	0,3	25,1	118
2008		ХЛЕБ	70	5,60	5,3	0,4	35,1	166
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	250	36,30	12,7	16,7	64,7	460
		СУП С МОРСКОЙ КАПУСТЫ	340/5	31,51	6,4	16,3	7,7	203
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	19,00	1	0,2	20,2	86
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	13,53	7,4	10	33	250
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	97	21,34	0,4	0,4	9,5	46
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	155	37,98	10,2	19,2	86,5	558
2008	259	МЯСО ТУШЕНОЕ	115	61,08	15,4	21,6	9,3	293
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,82			19,4	77
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	105	18,06	0,8	10,1	2,9	106
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	21,25			19,4	77
Итого				279,97	63,5	103,5	332,9	2515