

Утверждаю

директор

МБОУ школа-интернат №3

/Ватлин А.В./

# МЕНЮ

1 октября 2021 г.

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда             | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |             |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------|--------|---------------|-------------------|-------------|------------------|--|
|                               |                     |                                |        |               | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-<br>воды, г |  |
| <b>1-4 классы</b>             |                     |                                |        |               |                   |             |                  |  |
|                               |                     | хлеб выпечка                   | 99     | 2,52          | 4,4               | 5,4         | 28,5             | 180                                      |
| 2011                          | 347                 | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ        | 200    | 15,34         | 0,4               |             | 34,5             | 139                                      |
| 2008                          | 256                 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ         | 50/30  | 36,72         | 10,9              | 31,3        | 2,3              | 334                                      |
| 2008                          | 22                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ      | 100    | 32,54         | 1,1               | 10,1        | 4,4              | 115                                      |
| 2008                          | 323                 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ       | 150/5  | 3,98          | 3,5               | 0,5         | 37,3             | 168                                      |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                |        | <b>91,10</b>  | <b>20,3</b>       | <b>47,3</b> | <b>107</b>       | <b>936</b>                               |
| <b>5-11 классы</b>            |                     |                                |        |               |                   |             |                  |  |
|                               |                     | хлеб выпечка                   | 101    | 2,75          | 4,5               | 5,4         | 28,5             | 181                                      |
| 2008                          | 323                 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ       | 150/5  | 3,99          | 3,5               | 0,5         | 37,3             | 168                                      |
| 2008                          | 256                 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ         | 50/30  | 39,44         | 10,9              | 31,3        | 2,3              | 334                                      |
| 2011                          | 347                 | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ        | 200    | 15,34         | 0,4               |             | 34,5             | 139                                      |
| 2008                          | 22                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ      | 100    | 32,54         | 1,1               | 10,1        | 4,4              | 115                                      |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                |        | <b>94,06</b>  | <b>20,4</b>       | <b>47,3</b> | <b>107</b>       | <b>937</b>                               |
| <b>овз 5-11</b>               |                     |                                |        |               |                   |             |                  |  |
| 2008                          | 184                 | КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ             | 200    | 15,64         | 9,9               | 6,2         | 48               | 287                                      |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)               | 10     | 8,00          | 0,1               | 8,3         | 0,1              | 75                                       |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                  | 185/15 | 0,94          |                   |             | 14,6             | 58                                       |
| 2008                          | 323                 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ       | 150    | 5,30          | 3,5               | 0,5         | 37,3             | 168                                      |
| 2008                          | 257                 | МЯСО ТУШЕНОЕ(СВИНИНА)          | 100    | 27,30         | 10,3              | 26,8        | 3                | 296                                      |
| к/к                           | к/к                 | ГРУША                          | 130    | 55,64         | 0,5               | 0,4         | 13               | 59                                       |
|                               |                     | хлеб выпечка                   | 99     | 2,52          | 4,4               | 5,4         | 28,5             | 180                                      |
|                               |                     | хлеб выпечка                   | 99     | 2,52          | 4,4               | 5,4         | 28,5             | 180                                      |
| 2008                          | 111                 | СУП С МЯСНЫМИ<br>ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250/25 | 18,77         | 5,4               | 11,4        | 14,4             | 183                                      |
| 2011                          | 347                 | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ        | 200    | 15,34         | 0,4               |             | 34,5             | 139                                      |
| 2008                          | 22                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ      | 100    | 32,54         | 1,1               | 10,1        | 4,4              | 115                                      |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                |        | <b>184,51</b> | <b>40</b>         | <b>74,5</b> | <b>226,3</b>     | <b>1740</b>                              |

Утверждаю

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

## МЕНЮ

1 октября 2021 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>    |               |   |          |               |                   |             |              |                                |
| 2008               | 184           | КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ                      | 200      | 10,61         | 9,7               | 14,5        | 46,3         | 353                            |
| 2011               | 399           | БЛИНЧИКИ со сгущенным молоком           | 135      | 14,41         | 9,8               | 15,6        | 42,6         | 349                            |
| 2008               |               | ХЛЕБ                                    | 70       | 5,60          | 5,3               | 0,4         | 35,1         | 166                            |
| 2008               |               | ХЛЕБ                                    | 50       | 4,00          | 3,8               | 0,3         | 25,1         | 118                            |
| 2008               | 431           | ЧАЙ С САХАРОМ                           | 185/15/7 | 1,28          |                   |             | 19,4         | 77                             |
| 2008               | 13            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                        | 10       | 8,00          | 0,1               | 8,3         | 0,1          | 75                             |
| 2008               |               | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                           | 97       | 25,08         | 0,4               | 0,4         | 9,5          | 46                             |
| 2011               | 15            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                          | 27       | 0,00          | 6,1               | 7,8         |              | 96                             |
| 2011               | 347           | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ<br>КОНСЕРВИРОВАННЫХ    | 200      | 55,40         | 0,7               |             | 65,4         | 265                            |
|                    |               | перец сладкий                           | 80       | 21,60         | 1                 |             | 3,6          | 19                             |
| 2008               | 256           | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                  | 70/30    | 35,81         | 17,4              | 13,1        | 12,8         | 257                            |
| 2008               | 323           | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                | 180/6    | 12,36         | 4,3               | 5,5         | 45,2         | 247                            |
| 2011               | 117           | СУП С КРУПОЙ И МЯСНЫМИ<br>ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250      | 14,69         | 5,1               | 15,6        | 25,1         | 261                            |
| <b>Итого</b>       |               |   |          | <b>208,84</b> | <b>63,7</b>       | <b>81,5</b> | <b>330,2</b> | <b>2329</b>                    |

мед. работник \_\_\_\_\_ Юдина О.Ю.