

Утверждаю

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

МЕНЮ

2 декабря 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	
1-4 классы								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	143/5	6,90	5,6	4,7	35,9	209
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	34,07	11,8	25,2	12,1	322
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	0,90	0,5	2,5	1,8	31
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	80	25,57	1,1	10,1	4,4	115
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	250/10	29,98	3,1	6,2	15,3	129
2008		ХЛЕБ	100	8,00	7,6	0,6	50,2	237
Итого				110,49	29,7	49,3	143	1136
5-11 классы								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	143/5	6,90	5,6	4,7	35,9	209
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	120	40,90	14	30,2	14,5	387
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	0,91	0,5	2,5	1,8	31
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	25,58	1,1	10,1	4,4	115
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	280	31,83	3,2	6,7	16,3	138
2008		ХЛЕБ	120	9,60	9,2	0,7	60,2	284
Итого				120,78	33,6	54,9	156,4	1257
овз 5-11								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	171/6	8,28	6,7	5,7	43,1	250
		пирог брусничный	99	34,66	24,2	4,8	240,4	1103
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,91			14,1	56
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	0,90	0,5	2,5	1,8	31
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	80	25,56	1,1	10,1	4,4	115
2008		ХЛЕБ	120	9,60	9,2	0,7	60,2	284
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	280	31,81	3,2	6,7	16,3	138
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	120	40,87	14	30,2	14,5	387
Итого				157,65	58,9	60,7	418,1	2457