

Утверждаю

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

А.В. Ватлин

## МЕНЮ

4 марта 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>								
		хлеб выпечка	100	2,88	4,5	5,4	28,5	180
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	11,93			19,4	77
2008	22	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	100	28,73	1,3		4,9	26
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	120	83,74	32,1	24,1	5,5	405
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	11,35	4,4	7,6	39,4	244
<b>Итого</b>				<b>138,63</b>	<b>42,3</b>	<b>37,1</b>	<b>97,7</b>	<b>932</b>
<b>5-11 классы</b>								
		хлеб выпечка	150	4,30	6,7	8,1	42,7	270
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	11,92			19,4	77
2008	22	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	120	34,56	1,6		5,9	31
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	200	12,65	4,9	8,4	43,7	270
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	150	104,62	40,2	30,2	6,8	507
<b>Итого</b>				<b>168,05</b>	<b>53,4</b>	<b>46,7</b>	<b>118,5</b>	<b>1155</b>
<b>овз 5-11</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	23,63	9,9	11,1	41,2	304
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	11,38	4,7	6,1		75
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	11,93			19,4	77
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,01			14,6	58
		хлеб выпечка	100	2,88	4,5	5,4	28,5	180
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	11,35	4,4	7,6	39,4	244
2008	22	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	80	23,11	1		3,9	21
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	120	83,74	32,1	24,1	5,5	405
2008	111	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25	20,23	5,4	11,4	14,4	183
		хлеб выпечка	100	2,88	4,5	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>				<b>200,14</b>	<b>66,6</b>	<b>79,4</b>	<b>195,5</b>	<b>1802</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

4 марта 2022 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ИНТЕРНАТ</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	250	31,95	13,2	18,4	51,2	423
2011	399	БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ	130	17,67	9,2	14,7	56,4	394
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	185	12,69	7,6	9	48	302
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,34			19,4	77
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15/7	1,34			19,4	77
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	135	56,34	3,5	12,2	11,3	170
2008	467	БУЛОЧКА	160	5,76	7,6	1	53,8	254
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	158	41,04	0,6	0,6	15,5	74
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,34			19,4	77
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	19	10,84	4,5	5,6		70
2011	347	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	200	18,57	0,5		30,5	124
		хлеб выпечка	65	0,92	2,1	0,3	13,6	65
		хлеб выпечка	125	1,74	4,2	0,5	27,2	130
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	145	89,33	37,3	19,2	14,5	421
		хлеб выпечка	65	0,92	2,1	0,3	13,6	65
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	170	12,58	4,2	7,1	37,1	229
2011	117	СУП С КРУПОЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	16,47	5,1	15,6	25	261
<b>Итого</b>				<b>328,84</b>	<b>101,8</b>	<b>112,8</b>	<b>456</b>	<b>3288</b>

мед. работник \_\_\_\_\_ Юдина О.Ю.