

Утверждаю

директор

МБОУ школа-интернат №3


/Ватлин А.В./

# МЕНЮ

5 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>1-4 классы</b>								
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	84/15	36,67	12,2	8	3,6	136
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	20,45	7,7	5,8	29,6	203
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	18,93	0,1	6	0,8	58
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,50	0,2		25,6	103
		хлеб выпечка	99	2,52	4,4	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>				<b>95,07</b>	<b>24,6</b>	<b>25,2</b>	<b>88,1</b>	<b>680</b>
<b>5-11 классы</b>								
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	104/15	41,96	11,9	7,7	3,6	132
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180/6	29,18	9,3	12,1	34,6	285
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	18,73	0,8	6,1	3	70
		хлеб выпечка	99	2,49	4,4	5,4	28,5	180
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,50	0,2		25,6	103
<b>Итого</b>				<b>108,86</b>	<b>26,6</b>	<b>31,3</b>	<b>95,3</b>	<b>770</b>
<b>овз 5-11</b>								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	143	45,19	19,5	13,7	18,5	279
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	250/5	22,12	2	6,1	16,6	130
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	8,48	6,7	5,7	43,1	250
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,94			14,6	58
2008	257	ПОДЖАРКА	100	40,55	13,2	33,3	3,4	367
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	15,90	7,1	9,1		113
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008		БАНАН	200	29,40	3	1	42	192
		хлеб выпечка	99	2,52	4,4	5,4	28,5	180
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	12,54	1,7	10,1	9,6	138
		хлеб выпечка	99	2,52	4,4	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>				<b>185,22</b>	<b>62</b>	<b>89,8</b>	<b>228,1</b>	<b>1980</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

5 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>								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	140	43,05	19,5	22,4	26	386
2008		ХЛЕБ	70	5,60	5,3	0,4	35,1	166
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	155	32,50	10,2	19,2	86,5	558
2003	282	РУЛЕТ ИЗ мяса С ЯЙЦОМ	105	42,08	15,8	20,7	0,3	251
		СНЕЖОК	200	21,20				
2008		ХЛЕБ	50	4,00	3,8	0,3	25,1	118
2011	82	СВЕКОЛЬНИК	265	18,05	2,4	9,9	24,5	197
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,65	0,2		19,9	80
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	23,25	5,2	11,1	26,4	226
		печенье творожное	100	32,96	18,8	19,3	45,5	431
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,28			19,4	77
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180/6	11,64	6,5	8,9	41,1	269
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	80	12,58	1,9	8,2	19,7	160
2008		БАНАН	84	20,58	1,3	0,4	17,6	81
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	27	0,00	6,1	7,8		96
2008	257	ПОДЖАРКА	110	43,03	14,7	40	9,3	457
		хлеб выпечка	130	5,52	5,5	10,4	27,4	224
2006	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,71			19,4	77
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,69	0,2		19,9	80
2008	51	ВИНЕГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	105	12,59	2	10,1	9,7	139
<b>Итого</b>				<b>337,96</b>	<b>119,4</b>	<b>189,1</b>	<b>472,8</b>	<b>4073</b>

мед. работник \_\_\_\_\_ Юдина О.Ю.