


Утверждаю

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

## МЕНЮ

6 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>								
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,57	3,4	4,4	36,1	197
2011	51	САЛАТ ИЗ КАЛЬМАРОВ	60	25,94	21,3	5,4	3,5	148
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	80	29,32	9,6	24,5	2,5	270
		хлеб выпечка	99	2,52	4,4	5,4	28,5	180
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,50	0,2		25,6	103
<b>Итого</b>				<b>82,85</b>	<b>38,9</b>	<b>39,7</b>	<b>96,2</b>	<b>898</b>
<b>5-11 классы</b>								
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	9,52	4,3	5,5	45,2	247
2011	51	САЛАТ ИЗ КАЛЬМАРОВ	80	34,41	28,2	7,3	4,7	198
		хлеб выпечка	99	2,52	4,4	5,4	28,5	180
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,50	0,2		25,6	103
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	37,22	12	30,7	3	338
<b>Итого</b>				<b>100,17</b>	<b>49,1</b>	<b>48,9</b>	<b>107</b>	<b>1066</b>
<b>овз 5-11</b>								
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ С ШИПОВНИКОМ	185/15/7	3,43	0,2	0,1	17,9	77
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,12	0,5	2,5	1,8	31
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	15,90	7,1	9,1		113
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,50	0,2		25,6	103
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (	100	12,98	1,9	15,1	10,5	186
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	13,79	6,8	6,8	23,3	182
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180/6	29,18	9,3	12,1	34,6	285
2008		АПЕЛЬСИН	100	29,46	0,9	0,2	8,1	43
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	20,50	5,7	4,5	18,8	139
		хлеб выпечка	99	2,52	4,4	5,4	28,5	180
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	120	68,00	5,4	8,2	3,5	110
		хлеб выпечка	99	2,52	4,4	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>				<b>223,90</b>	<b>46,9</b>	<b>77,7</b>	<b>201,2</b>	<b>1704</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

6 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	26,13	17	34,4	12	425
2008		ХЛЕБ	70	5,60	5,3	0,4	35,1	166
		пирог брусничный	100	38,35	26	7	233,4	1102
2011	394	ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ	215	32,00	12,2	23,1	50,5	457
2008		ЙОГУРТ	200	21,20	5,6	5	9	113
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ШИПОВНИКОМ	185/15/7	4,84	0,3	0,1	24,1	105
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	13,41	2,4	10	16,5	165
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,28			19,4	77
2008		ВАФЛИ	30	6,93	0,8	1	23,2	106
2008		ХЛЕБ	50	4,00	3,8	0,3	25,1	118
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	75	6,14	1,4	7,4	5,4	92
2008		МАНДАРИН	104	23,94	0,8	0,2	7,8	39
2008		ХЛЕБ	70	5,60	5,3	0,4	35,1	166
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,65	0,2		19,9	80
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	437	НАПИТОК	200	16,28	0,1		20,1	83
		перец сладкий	80	21,60	1		3,6	19
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	27	0,00	6,1	7,8		96
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	14,50	1,9	19,5	15	244
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	185/6	17,56	9,6	15,7	35,5	321
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	110	60,94	6,9	14,4	12,7	207
<b>Итого</b>				<b>329,95</b>	<b>106,8</b>	<b>155</b>	<b>603,5</b>	<b>4256</b>

мед. работник \_\_\_\_\_ Юдина О.Ю.