

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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		ХЛЕБ	100	8,00	7,6	0,6	50,2	237
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	6,99	5,6	4,7	35,9	209
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	36,48	12	30,7	3	338
		ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	75	16,20	1		3,6	19
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	250	25,63	2,2	7	16,7	140
Итого				98,36	28,4	43	132,7	1036
5-11 классы								
2008		ХЛЕБ	100	8,00	7,6	0,6	50,2	237
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180	8,09	6,5	5,5	41,7	242
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	120	43,78	14,5	36,9	3,6	405
		ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	75	16,20	1		3,6	19
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	280	28,67	2,6	7,7	18,7	156
Итого				109,81	32,2	50,7	141,1	1152
овз 5-11								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	280	28,68	2,6	7,7	18,7	156
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	56,88	22,6	16	19,6	317
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	8,38	6,7	5,7	43,1	250
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,94			14,6	58
2008	257	ПОДЖАРКА	120	48,37	15,9	40	4,1	440
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	10,67	4,7	6,1		75
2008		ХЛЕБ	70	5,60	5,3	0,4	35,1	166
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008		ХЛЕБ	100	8,00	7,6	0,6	50,2	237
		ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	75	16,20	1		3,6	19
Итого				196,78	66,5	84,8	212,4	1886