

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 ноября 2021 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1-4 классы								
2008		ХЛЕБ	70	5,65	5,4	0,4	35,4	167
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	12,66	1,7	10,1	9,6	138
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	7,15	5,6	4,7	35,9	209
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	36,71	12	30,7	3	338
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	250/5	22,58	2,2	7	16,7	140
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
Итого				89,80	26,9	52,9	123,9	1085
5-11 классы								
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	8,58	6,7	5,7	43,1	250
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	12,66	1,7	10,1	9,6	138
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	250/5	23,88	2,2	7	16,7	140
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	36,72	12	30,7	3	338
2008		ХЛЕБ	70	5,65	5,4	0,4	35,4	167
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
Итого				92,54	28	53,9	131,1	1126
овз 5-11								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	250/5	25,18	2,2	7	16,7	140
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	8,58	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	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008		БАНАН	200	24,99	2,6	0,9	35,7	163
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	16,86	8,4	10,4	24	224
2008		ХЛЕБ	70	5,65	5,4	0,4	35,4	167
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	12,66	1,7	10,1	9,6	138
2008		ХЛЕБ	70	5,65	5,4	0,4	35,4	167
Итого				154,11	45,7	76,5	241,3	1842