

Утверждаю

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



МЕНЮ

11 марта 2022 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 | | | | | | | | |
| | | хлеб выпечка | 118 | 3,26 | 5,3 | 6,5 | 34,1 | 216 |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 99 | 18,88 | 0,8 | 6,1 | 3 | 70 |
| 2011 | 347 | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 200 | 11,93 | | | 19,4 | 77 |
| 2008 | 259 | МЯСО ТУШЕНОЕ | 99 | 36,80 | 11,6 | 29,4 | 3,4 | 325 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180/6 | 10,09 | 7,4 | 6,8 | 33,6 | 225 |
| Итого | | | | 80,96 | 25,1 | 48,8 | 93,5 | 913 |
| 5-11 классы | | | | | | | | |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180/6 | 10,08 | 7,4 | 6,8 | 33,6 | 225 |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 99 | 18,87 | 0,8 | 6,1 | 3 | 70 |
| 2011 | 347 | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 200 | 11,92 | | | 19,4 | 77 |
| | | хлеб выпечка | 98 | 2,78 | 4,5 | 5,4 | 28,5 | 180 |
| 2008 | 259 | МЯСО ТУШЕНОЕ | 120 | 44,03 | 14 | 35,4 | 4,2 | 391 |
| Итого | | | | 87,68 | 26,7 | 53,7 | 88,7 | 943 |
| овз 5-11 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 250 | 31,49 | 12 | 14,2 | 56,9 | 404 |
| | | СУП С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ | 271 | 28,61 | 6,2 | 9,5 | 7,9 | 142 |
| 2011 | 14 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 8,00 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180/6 | 10,09 | 7,4 | 6,8 | 33,6 | 225 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 30 | 16,80 | 7,1 | 9,1 | | 113 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,07 | | | 15,7 | 63 |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 99 | 18,88 | 0,8 | 6,1 | 3 | 70 |
| | | хлеб выпечка | 98 | 2,78 | 4,5 | 5,4 | 28,5 | 180 |
| 2011 | 347 | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 200 | 11,93 | | | 19,4 | 77 |
| | | хлеб выпечка | 98 | 2,78 | 4,5 | 5,4 | 28,5 | 180 |
| 2008 | 259 | МЯСО ТУШЕНОЕ | 120 | 44,06 | 14 | 35,4 | 4,2 | 391 |
| Итого | | | | 176,49 | 56,6 | 100,2 | 197,8 | 1920 |

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 марта 2022 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 | |
| ИНТЕРНАТ | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 200/6 | 26,58 | 9,3 | 14,1 | 44,6 | 340 |
| | | СУП С МОРСКОЙ КАПУСТЫ | 325/5 | 35,41 | 6,3 | 16,2 | 7,5 | 202 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 13,60 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 8,00 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180/6 | 12,99 | 7,4 | 10 | 33 | 250 |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 97 | 25,08 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 46 |
| 2008 | 467 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 155 | 33,37 | 10,2 | 19,2 | 86,5 | 558 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 29 | 16,26 | 6,6 | 8,5 | | 105 |
| 2008 | 259 | МЯСО ТУШЕНОЕ | 130 | 68,63 | 18,5 | 24,3 | 9,3 | 329 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 1,34 | | | 19,4 | 77 |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 105 | 19,66 | 0,8 | 10,1 | 2,9 | 106 |
| | | хлеб выпечка | 65 | 0,92 | 2,1 | 0,3 | 13,6 | 65 |
| 2011 | 347 | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 200 | 19,24 | 0,5 | | 40,2 | 162 |
| | | хлеб выпечка | 65 | 0,92 | 2,1 | 0,3 | 13,6 | 65 |
| Итого | | | | 282,00 | 65,3 | 111,9 | 300,4 | 2466 |

мед. работник _____ Юдина О.Ю.