

Утверждаю

директор

МБОУ школа-интернат №3

/Ватлин А.В./

## МЕНЮ

13 октября 2021 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>1-4 классы</b>								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (	100	12,98	1,9	15,1	10,5	186
2008	437	НАПИТОК	200	12,75	0,1		25,1	101
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	20,45	7,7	5,8	29,6	203
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	59,43	0,5	3,7	3,2	49
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,12	0,5	2,5	1,8	31
		хлеб выпечка	100	2,52	4,4	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>				<b>109,25</b>	<b>15,1</b>	<b>32,5</b>	<b>98,7</b>	<b>750</b>
<b>5-11 классы</b>								
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	24,31	9,2	7	35,6	244
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	65,95	0,6	4,8	4,1	61
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (	100	12,98	1,9	15,1	10,5	186
2008	437	НАПИТОК	200	16,50	0,2		25,7	104
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,13	0,5	2,5	1,8	31
		хлеб выпечка	100	2,48	4,4	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>				<b>123,35</b>	<b>16,8</b>	<b>34,8</b>	<b>106,2</b>	<b>806</b>
<b>овз 5-11</b>								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200/6	20,33	9,8	11,3	45,9	324
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,94			14,6	58
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	37,24	12	30,7	3	338
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,50	0,2		25,6	103
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	15,90	7,1	9,1		113
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	9,52	4,3	5,5	45,2	247
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	23,15	3,3	7,2	19,5	157
		перец сладкий	100	21,60	1		3,6	19
2008		ГРУША	100	55,64	0,4	0,3	10,3	47
		хлеб выпечка	100	2,52	4,4	5,4	28,5	180
		хлеб выпечка	100	2,52	4,4	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>				<b>213,86</b>	<b>47</b>	<b>83,2</b>	<b>224,8</b>	<b>1841</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

13 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200/6	10,29	9,6	14,6	44	346
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	8,45	2,3	2,5	26,3	137
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	95	50,34	15,5	27,5	14,3	368
2008		ЙОГУРТ	150	15,90	4,2	3,8	6,8	85
2008		ХЛЕБ	50	4,00	3,8	0,3	25,1	118
		пирог брусничный	100	38,36	26	7	233,4	1102
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	155	17,06	3	8,7	23,9	185
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	65/50	35,09	11,8	31,7	12,3	383
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,28			19,4	77
2008		ХЛЕБ	70	5,60	5,3	0,4	35,1	166
2008	437	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	23,77	0,1	0,1	24,9	103
2008		МАНДАРИН	104	23,94	0,8	0,2	7,8	39
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	14,02			19,4	77
2008		ПЕЧЕНЬЕ	100	16,50	7,5	9,8	74,4	417
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	27	0,00	6,1	7,8		96
2011	51	САЛАТ ИЗ КАЛЬМАРОВ	85	16,70	11,3	11	4,9	164
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	3,88	0,2		0,5	4
2008		ХЛЕБ	70	5,60	5,3	0,4	35,1	166
2008	323	КАША ПШЕНЧАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	13,24	3,6	4,6	37,7	206
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	25,77	3,4	11,9	18,3	196
<b>Итого</b>				<b>335,79</b>	<b>119,9</b>	<b>150,6</b>	<b>663,7</b>	<b>4510</b>

мед работник \_\_\_\_\_ Юдина О.Ю.