

Утверждаю

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

## МЕНЮ

14 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 ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200/6	25,94	10,8	14,6	45	353
2008		ХЛЕБ	70	5,60	5,3	0,4	35,1	166
2008		ХЛЕБ	70	5,60	5,3	0,4	35,1	166
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,48	0,1		19,6	79
2011	51	КАЛЬМАР ТУШЕНЫЙ	110	27,68	18,4	13,7	4,6	217
		СНЕЖОК	250	26,50				
2008		ПРЯНИКИ	30	6,24	1,8	1,4	22,5	110
2008		ХЛЕБ	50	4,00	3,8	0,3	25,1	118
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,65	3,5	8,6	35,6	233
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,60	1	0,2	19,8	86
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,71			19,4	77
		печенье творожное	100	32,95	18,8	19,3	45,5	431
2008		ГРУША	99	23,54	0,4	0,3	10,2	47
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,28			19,4	77
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	10,91	5,4	8,8	34,3	237
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	27	0,00	6,1	7,8		96
2008	22	ПОМИДОР ПОРЦИЯМИ	59	14,10	0,7	0,1	2,3	14
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	245	37,95	11,3	30,2	13,3	370
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	85	13,65	1,9	17,9	19,7	247
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	115	13,39	2	10,1	9,7	140
2008	99	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200	29,48	7,6	16,4	13,4	232
<b>Итого</b>				<b>320,25</b>	<b>104,3</b>	<b>158,8</b>	<b>429,7</b>	<b>3571</b>

мед. работник \_\_\_\_\_ Юдина О.Ю.

Утверждаю

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

## МЕНЮ

14 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	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	7,07	5,6	4,7	35,9	209
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	34,22	11,8	25,2	12,1	322
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,12	0,5	2,5	1,8	31
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	12,54	1,7	10,1	9,6	138
		хлеб выпечка	101	2,75	4,5	5,4	28,5	181
<b>Итого</b>				<b>62,76</b>	<b>24,1</b>	<b>47,9</b>	<b>111,2</b>	<b>974</b>
<b>5-11 классы</b>								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	7,07	5,6	4,7	35,9	209
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	34,22	11,8	25,2	12,1	322
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,14	0,5	2,5	1,8	31
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	12,55	1,7	10,1	9,6	138
		хлеб выпечка	100	2,70	4,5	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>				<b>62,74</b>	<b>24,1</b>	<b>47,9</b>	<b>111,2</b>	<b>973</b>
<b>овз 5-11</b>								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	8,48	6,7	5,7	43,1	250
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	15,90	7,1	9,1		113
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	34,22	11,8	25,2	12,1	322
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,94			14,1	56
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
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	12,54	1,7	10,1	9,6	138
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	250	20,99	9	12,3	40,2	307
2008		МАНДАРИН	100	23,09	0,8	0,2	7,5	38
		хлеб выпечка	100	2,52	4,4	5,4	28,5	180
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	250/5	26,69	7,9	9,9	15,9	183
<b>Итого</b>				<b>162,07</b>	<b>54,4</b>	<b>94,1</b>	<b>224,7</b>	<b>1966</b>