

Утверждаю

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



# МЕНЮ

14 декабря 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		ХЛЕБ	97	7,76	7,4	0,6	48,7	230
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	27,51	7,7	9,9	28,8	238
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,54	0,1		24	98
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	90	22,23	1	0,2	3,4	22
2011	101	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	22,74	3	3	18,8	115
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	32,93	11,6	8,3	4,9	139
<b>Итого</b>				<b>129,70</b>	<b>30,8</b>	<b>22</b>	<b>128,6</b>	<b>842</b>
<b>5-11 классы</b>								
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180/6	33,01	9,3	12,1	34,6	285
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,54	0,1		24	98
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	90	22,23	1	0,2	3,4	22
2008		ХЛЕБ	97	7,76	7,4	0,6	48,7	230
2011	101	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	22,74	3	3	18,8	115
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	32,94	11,6	8,3	4,9	139
<b>Итого</b>				<b>135,22</b>	<b>32,4</b>	<b>24,2</b>	<b>134,4</b>	<b>889</b>
<b>овз 5-11</b>								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	81,72	32,2	25,6	21,9	454
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	102	33,63	12	8,6	4,9	144
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,96			14,6	58
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180/6	33,01	9,3	12,1	34,6	285
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	16,00	0,2	16,6	0,2	150
2011	101	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	22,76	3	3	18,8	115
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	18,63	0,8	6,1	3	70
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,54	0,1		24	98
2008		ХЛЕБ	97	7,76	7,4	0,6	48,7	230
<b>Итого</b>				<b>231,00</b>	<b>65</b>	<b>72,6</b>	<b>170,7</b>	<b>1604</b>