

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 ноября 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	
1-4 классы								
2008		ХЛЕБ	70	6,96	6,6	0,5	43,7	206
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100/15	32,83	14,3	11,1	3,6	171
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	27,79	7,7	9,9	28,8	238
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,50	0,1		24	98
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	80	20,05	0,9	0,2	3,1	19
2011	101	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	21,30	3	3	18,8	115
Итого				125,43	32,6	24,7	122	847
5-11 классы								
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100/15	32,80	14,3	11,1	3,6	171
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180/6	33,34	9,3	12,1	34,6	285
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,50	0,1		24	98
2011	101	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	24,41	3	3	18,8	115
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	80	20,06	0,9	0,2	3,1	19
2008		ХЛЕБ	70	6,96	6,6	0,5	43,7	206
Итого				134,08	34,2	26,9	127,8	894
овз 5-11								
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	99/15	32,63	14,2	11	3,6	170
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15/7	0,94			14,6	58
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180/6	33,35	9,3	12,1	34,6	285
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2011	101	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	24,40	3	3	18,8	115
2008		БАНАН	200	30,87	3	1	42	192
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	41,09	16,4	24,6	11,9	335
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,50	0,1		24	98
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	16,06	7,1	9,1		113
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	80	20,07	0,9	0,2	3,1	19
2008		ХЛЕБ	70	6,96	6,6	0,5	43,7	206
Итого				230,86	60,7	69,8	196,4	1666