

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 октября 2021 г.

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|-----------------------------------|-------|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| 1-4 классы | | | | | | | | |
| 2008 | 257 | МЯСО ТУШЕНОЕ | 80 | 44,79 | 12 | 30,7 | 3 | 338 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 10,06 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 206 |
| 2011 | 347 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ | 200 | 15,34 | 0,4 | | 34,5 | 139 |
| | | хлеб выпечка | 100 | 2,52 | 4,4 | 5,4 | 28,5 | 180 |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 100 | 37,71 | 0,7 | 10,1 | 2,3 | 103 |
| Итого | | | | 110,42 | 21,1 | 50,8 | 106 | 966 |
| 5-11 классы | | | | | | | | |
| 2008 | 257 | МЯСО ТУШЕНОЕ | 100 | 38,56 | 12 | 30,7 | 3 | 338 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 170 | 11,62 | 4,1 | 5,2 | 42,6 | 233 |
| 2011 | 347 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ | 200 | 15,34 | 0,4 | | 34,5 | 139 |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 100 | 37,69 | 0,7 | 10,1 | 2,3 | 103 |
| | | хлеб выпечка | 100 | 2,50 | 4,4 | 5,4 | 28,5 | 180 |
| Итого | | | | 105,71 | 21,6 | 51,4 | 110,9 | 993 |
| овз 5-11 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 200/6 | 25,32 | 10 | 11,7 | 39,3 | 303 |
| | | СУП С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ | 320/5 | 26,54 | 6 | 8,6 | 7,8 | 132 |
| 2011 | 14 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 8,00 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180/6 | 10,18 | 7,4 | 6,8 | 33,6 | 225 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,94 | | | 14,6 | 58 |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 100 | 18,74 | 0,8 | 6,1 | 3 | 70 |
| 2011 | 347 | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 200 | 15,34 | 0,4 | | 34,5 | 139 |
| к/к | к/к | ГРУША | 200 | 45,58 | 0,5 | 0,4 | 13 | 59 |
| 2008 | 257 | МЯСО ТУШЕНОЕ | 100 | 40,47 | 13,2 | 33,3 | 3,4 | 367 |
| | | хлеб выпечка | 100 | 2,52 | 4,4 | 5,4 | 28,5 | 180 |
| Итого | | | | 193,63 | 42,8 | 80,6 | 177,8 | 1608 |

Утверждаю

директор

МБОУ школа-интернат №3

Ватлин А.В./

МЕНЮ

22 октября 2021 г.

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|----------------------------|-------|---------------|-------------------|--------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| ИНТЕРНАТ | | | | | | | | |
| 2008 | | ХЛЕБ | 50 | 4,00 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118 |
| 2008 | | ХЛЕБ | 70 | 5,60 | 5,3 | 0,4 | 35,1 | 166 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 200/6 | 12,13 | 10,2 | 15,2 | 46 | 361 |
| | | СУП С МОРСКОЙ КАПУСТЫ | 340/5 | 28,26 | 6,4 | 16,3 | 7,7 | 203 |
| 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 | 12,68 | 7,4 | 10 | 33 | 250 |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 97 | 25,08 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 46 |
| 2008 | 467 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 155 | 32,83 | 15,9 | 29,8 | 134,1 | 865 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 27 | 0,00 | 6,1 | 7,8 | | 96 |
| 2008 | 259 | МЯСО ТУШЕНОЕ | 115 | 47,30 | 15,4 | 21,6 | 9,3 | 293 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 3,48 | 0,1 | | 19,6 | 79 |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 105 | 19,36 | 0,8 | 10,1 | 2,9 | 106 |
| 2011 | 347 | КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 200 | 14,44 | | | 19,4 | 77 |
| Итого | | | | 226,76 | 72,9 | 120,4 | 362 | 2821 |

мед.работник _____ Юдина О.Ю.