

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	80	36,54	13,4	20,6	14	294
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	7,94	3,6	4,6	37,7	206
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	0,90	0,5	2,5	1,8	31
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008		ХЛЕБ	125	9,92	9,5	0,8	62,2	294
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250/10	22,48	2	6,3	8,9	101
Итого				82,83	29	34,8	147,9	1019
5-11 классы								
2008		ХЛЕБ	125	9,92	9,5	0,8	62,2	294
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	100	45,68	16,8	25,9	17,5	368
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	9,53	4,3	5,5	45,2	247
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	0,91	0,5	2,5	1,8	31
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250/10	25,61	2	6,3	8,9	101
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
Итого				96,70	33,1	41	158,9	1134
овз 5-11								
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250/10	25,59	2	6,3	8,9	101
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	102	46,69	17,4	26,5	17,5	376
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	9,53	4,3	5,5	45,2	247
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	0,91	0,5	2,5	1,8	31
2008		ХЛЕБ	125	9,92	9,5	0,8	62,2	294
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,94			14,6	58
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	17,72	10,5	10,6	37,6	289
Итого				124,35	44,3	60,5	211,2	1564