

Утверждаю

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

## МЕНЮ

26 октября 2021 г.

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                    | Выход    | Цена,<br>руб. | Химический состав |             |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------|----------|---------------|-------------------|-------------|------------------|--|
|                               |                     |                                       |          |               | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-<br>воды, г |  |
| <b>1-4 классы</b>             |                     |                                       |          |               |                   |             |                  |  |
| 2011                          | 232                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ | 98/15    | 37,22         | 12,6              | 8,3         | 3,6              | 140                                      |
| 2011                          | 128                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     | 150/5    | 27,99         | 7,8               | 9,9         | 29,8             | 243                                      |
| 2008                          | 437                 | НАПИТОК                               | 200/24   | 16,50         | 0,1               |             | 24               | 98                                       |
| 2008                          |                     | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                        | 80       | 19,98         | 0,9               | 0,2         | 3,1              | 19                                       |
|                               |                     | хлеб выпечка                          | 100      | 2,52          | 4,4               | 5,4         | 28,5             | 180                                      |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                       |          | <b>104,21</b> | <b>25,8</b>       | <b>23,8</b> | <b>89</b>        | <b>680</b>                               |
| <b>5-11 классы</b>            |                     |                                       |          |               |                   |             |                  |  |
| 2011                          | 232                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ | 98/15    | 43,07         | 12,6              | 8,3         | 3,6              | 140                                      |
| 2011                          | 128                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     | 180/6    | 32,69         | 9,3               | 12,1        | 34,6             | 285                                      |
| 2008                          | 437                 | НАПИТОК                               | 200/24   | 16,50         | 0,1               |             | 24               | 98                                       |
|                               |                     | хлеб выпечка                          | 100      | 2,47          | 4,4               | 5,4         | 28,5             | 180                                      |
| 2008                          |                     | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                        | 100      | 24,91         | 1,1               | 0,2         | 3,8              | 24                                       |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                       |          | <b>119,64</b> | <b>27,5</b>       | <b>26</b>   | <b>94,5</b>      | <b>727</b>                               |
| <b>овз 5-11</b>               |                     |                                       |          |               |                   |             |                  |  |
| 2011                          | 232                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ | 112/15   | 47,33         | 15                | 10,6        | 3,8              | 170                                      |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 185/15/7 | 0,94          |                   |             | 14,6             | 58                                       |
| 2011                          | 128                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     | 180/6    | 32,69         | 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      | 19,09         | 3                 | 3           | 18,8             | 115                                      |
| 2008                          |                     | БАНАН                                 | 200      | 42,04         | 3                 | 1           | 42               | 192                                      |
| 2011                          | 416                 | КАША МАННАЯ                           | 200      | 37,67         | 15,2              | 15,6        | 57,5             | 431                                      |
|                               |                     | хлеб выпечка                          | 100      | 2,52          | 4,4               | 5,4         | 28,5             | 180                                      |
| 2008                          | 437                 | НАПИТОК                               | 200/24   | 16,50         | 0,1               |             | 24               | 98                                       |
| 2008                          |                     | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                        | 100      | 24,91         | 1,1               | 0,2         | 3,8              | 24                                       |
|                               |                     | хлеб выпечка                          | 100      | 2,52          | 4,4               | 5,4         | 28,5             | 180                                      |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                       |          | <b>234,21</b> | <b>55,6</b>       | <b>61,6</b> | <b>256,2</b>     | <b>1808</b>                              |

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

## МЕНЮ

26 октября 2021 г.

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                    | Выход    | Цена,<br>руб. | Химический состав |              |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------|----------|---------------|-------------------|--------------|------------------|--|
|                               |                     |                                       |          |               | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-<br>воды, г |  |
| <b>ИНТЕРНАТ</b>               |                     |                                       |          |               |                   |              |                  |  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ                                  | 70       | 5,60          | 5,3               | 0,4          | 35,1             | 166                                      |
| 2011                          | 399                 | БЛИНЧИКИ со сгущенным молоком         | 135      | 14,74         | 9,8               | 15,6         | 42,6             | 349                                      |
| 2011                          | 391                 | ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ                       | 195      | 47,53         | 35,9              | 25           | 75,9             | 671                                      |
|                               |                     | СНЕЖОК                                | 250      | 26,50         |                   |              |                  |  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ                                  | 50       | 4,00          | 3,8               | 0,3          | 25,1             | 118                                      |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     | 185/6    | 17,56         | 9,6               | 15,7         | 35,5             | 321                                      |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                          | 200      | 13,60         | 1                 | 0,2          | 20,2             | 86                                       |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ               | 185/15/7 | 3,48          | 0,1               |              | 19,6             | 79                                       |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 185/15   | 1,28          |                   |              | 19,4             | 77                                       |
| 2008                          | 98                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ             | 250      | 15,63         | 2,6               | 10,2         | 16,3             | 168                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ                                  | 70       | 5,60          | 5,3               | 0,4          | 35,1             | 166                                      |
| 2008                          |                     | ВАФЛИ                                 | 100      | 23,10         | 2,8               | 3,3          | 77,3             | 354                                      |
| 2008                          |                     | АПЕЛЬСИН                              | 94       | 28,84         | 0,8               | 0,2          | 7,6              | 40                                       |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                      | 10       | 8,00          | 0,1               | 8,3          | 0,1              | 75                                       |
| 2008                          | 184                 | КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ                    | 200      | 24,21         | 8,8               | 13,4         | 44,9             | 333                                      |
| 2008                          | 437                 | НАПИТОК                               | 200      | 16,30         | 0,1               |              | 20,1             | 83                                       |
|                               |                     | перец сладкий                         | 100      | 21,60         | 1                 |              | 3,6              | 19                                       |
| 2011                          | 15                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                        | 27       | 0,00          | 6,1               | 7,8          |                  | 96                                       |
| 2008                          | 237                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ | 255      | 42,62         | 19,5              | 29,3         | 7,4              | 373                                      |
| 2008                          |                     | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                        | 69       | 16,45         | 0,8               | 0,1          | 2,6              | 17                                       |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                       |          | <b>336,64</b> | <b>113,4</b>      | <b>130,2</b> | <b>488,4</b>     | <b>3591</b>                              |

мед. работник \_\_\_\_\_ Юдина О.Ю.