

Утверждаю

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

## МЕНЮ

30 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	
<b>1-4 классы</b>								
2008		ХЛЕБ	100	8,00	7,6	0,6	50,2	237
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	33,94	10,2	6,1	4,1	112
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	17,26	4,8	5,3	24,1	164
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,50			14,6	58
2011	101	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	19,95	2,6	2,9	15,8	101
<b>Итого</b>				<b>83,64</b>	<b>25,2</b>	<b>14,9</b>	<b>108,8</b>	<b>672</b>
<b>5-11 классы</b>								
2008		ХЛЕБ	70	5,60	5,3	0,4	35,1	166
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,78			15,5	62
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	19,46	9,8	4,3	3,8	93
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	15,93	5,1	3	26,8	156
<b>Итого</b>				<b>43,78</b>	<b>20,2</b>	<b>7,7</b>	<b>81,2</b>	<b>477</b>
<b>овз 5-11</b>								
2008		ХЛЕБ	100	8,00	7,6	0,6	50,2	237
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,94			14,6	58
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	21,27	5,3	7,9	28,1	205
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	25	20,00	0,3	20,8	0,3	188
2011	101	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	19,72	2,6	2,9	15,3	98
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	16,07	7,1	9,1		113
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	32,94	10,4	7,3	4,3	124
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	149,03	48,4	28,9	23,9	558
2008		ХЛЕБ	100	8,00	7,6	0,6	50,2	237
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,56			15,5	62
<b>Итого</b>				<b>280,52</b>	<b>89,3</b>	<b>78,1</b>	<b>202,4</b>	<b>1880</b>