

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 марта 2022 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1-4 классы								
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	8,00	3,6	4,6	37,7	206
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	1,97	0,9	4,9	3,6	61
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	20,92	1,1	5,9	4,5	79
		хлеб выпечка	100	2,88	4,5	5,4	28,5	180
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,17			23,3	93
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	110	53,75	17,3	28,4	8,9	359
Итого				92,69	27,4	49,2	106,5	978
5-11 классы								
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	132	64,48	20,5	34,1	10,7	430
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	9,52	4,3	5,5	45,2	247
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,19	0,5	2,5	1,8	31
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	80	16,86	0,9	4,8	3,7	63
		хлеб выпечка	100	2,83	4,5	5,4	28,5	180
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,15			23,3	93
Итого				100,03	30,7	52,3	113,2	1044
овз 5-11								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	26,19	9,8	9,6	43,1	299
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250/5	22,68	1,8	6,1	8,8	97
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	16,80	7,1	9,1		113
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	111	58,48	20	30,9	9,1	393
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	9,53	4,3	5,5	45,2	247
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,17	0,5	2,5	1,8	31
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,01			14,6	58
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	80	16,87	0,9	4,8	3,7	63
		хлеб выпечка	100	2,88	4,5	5,4	28,5	180
		хлеб выпечка	100	2,88	4,5	5,4	28,5	180
Итого				166,49	53,5	87,6	183,4	1736

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 марта 2022 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	
ИНТЕРНАТ								
2011	111	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	31,78	10,4	15,8	41,8	350
2011	399	БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ	130	17,67	9,2	14,7	56,4	394
2011	290	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	215	92,46	0,9	1,9	2,7	32
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250/5	27,39	2	11,7	8,5	148
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	185/6	19,84	9,5	15,7	35,2	320
2011	442	БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	155	30,52	15,4	17,8	37,8	371
2008		ЙОГУРТ	210	22,26	5,9	5,3	9,5	119
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,34			19,4	77
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	145	81,98	24,7	30,1	9,8	409
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	115	22,87	0,9	10,1	2,7	105
2008		ГРУША	99	25,41	0,4	0,3	10,2	47
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,73	0,2		19,9	80
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	90	7,41	1,6	8,8	6,5	110
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,72	0,2		19,9	80
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	29	16,26	6,6	8,5		105
		хлеб выпечка	65	0,92	2,1	0,3	13,6	65
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	85	17,21	0,9	9,8	3,6	108
		хлеб выпечка	65	0,92	2,1	0,3	13,6	65
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,90			19,4	77
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	170	12,58	4,2	7,1	37,1	229
		хлеб выпечка	65	0,92	2,1	0,3	13,6	65
Итого				446,09	99,4	166,8	381,3	3431

мед. работник _____ Юдина О.Ю.