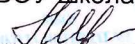


Согласовано

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

МЕНЮ

15 сентября 2021 г.

овз 5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ <small>крупя ячневая, вода питьевая, молоко сухое цельное 25% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое</small>	200/6	20,32	9,8	11,3	45,9	324
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок</small>	185/15	0,94			14,6	58
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>масло сладко-сливочное несоленое</small>	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>сыр голландский (круглый)</small>	30	16,07	7,1	9,1		113
хлеб выпечка <small>мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	2,69	4,5	5,4	28,5	180
Итого		48,02	21,5	34,1	89,1	750
Обед						
БОРЩ <small>окорочка куриные, чеснок, соль йодированная, приправа, сметана 20% жирности, свекла, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая</small>	250/5	32,32	2,1	8,7	11	134
МЯСО ТУШЕНОЕ <small>соль йодированная, приправа, свинина мясная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, мука пшеничная высш сорт</small>	100	47,57	12	30,7	3	338
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупя рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое</small>	160	10,09	4,3	5,5	44,8	245
хлеб выпечка <small>мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	2,69	4,5	5,4	28,5	180
НАПИТОК <small>черешня, вода питьевая, сахар песок</small>	200	20,25	0,2		26,3	106
Итого		112,92	23,1	50,3	113,6	1003
Всего		160,94	44,6	84,4	202,7	1753

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сальникова Ю.И.

Согласовано

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

МЕНЮ

15 сентября 2021 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок	100	12,95	1,9	15,1	10,5	186
НАПИТОК черешня, вода питьевая, сахар песок	200	20,25	0,2		26,3	106
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	150	24,45	7,7	9,7	29,6	238
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, фарш рыбный, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	80	65,52	0,5	3,7	3,2	49
СОУС ТОМАТНЫЙ №364 вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок	25	0,95	0,5	2,5	1,8	31
хлеб выпечка мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное	100	2,65	4,5	5,4	28,5	180
Итого		126,75	15,3	36,4	99,9	790
Всего		126,75	15,3	36,4	99,9	790

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сальникова Ю.И.

Согласовано

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

МЕНЮ

15 сентября 2021 г.

5-11 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок	100	12,93	1,9	15,1	10,5	186
НАПИТОК черешня, вода питьевая, сахар песок	200	20,25	0,2		26,3	106
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, йодированная, картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	180	29,03	9,2	11,7	35,6	286
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, фарш рыбный, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое	100	81,13	0,6	4,8	4,1	61
СОУС ТОМАТНЫЙ №364 вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок	25	0,94	0,5	2,5	1,8	31
хлеб выпечка мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированое	100	2,64	4,5	5,4	28,5	180
Итого		146,92	16,9	39,5	106,8	850
Всего		146,92	16,9	39,5	106,8	850

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сальникова Ю.И.

Согласовано

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

МЕНЮ

15 сентября 2021 г.

ИНТЕРНАТ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ крупя ячневая, вода питьевая, молоко сухое 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200/6	9,6	14,6	44	346
ХЛЕБ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	50	3,8	0,3	25,1	118
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15			19,4	77
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр российский	27	6,1	7,8		96
Итого		19,6	31	88,6	712
Обед					
БОРЩ окорочка куриные, чеснок, сметана 20% жирности, масло подсолнечное рафинированное, свекла, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, вода питьевая	250	2,5	11,6	18,9	192
МЯСО ТУШЕНОЕ приправа, соль йодированная, чеснок, свинина мясная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, мука пшеничная высш сорт	65/50	11,8	31,7	12,3	383
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ брусника, вода питьевая, сахар песок	200	0,1	0,1	24,9	103
РИС ОТВАРНОЙ крупя рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	170	4,2	8,7	42,8	265
САЛАТ ИЗ КАЛЬМАРОВ морковь, лук репчатый, чеснок, соль йодированная, кальмар (мясо), масло подсолнечное рафинированное	85	11,3	11	4,9	164
ХЛЕБ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	70	5,3	0,4	35,1	166
Итого		35,2	63,5	138,9	1273
Полдник					
ЧАЙ С МОЛОКОМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200	2,3	2,5	26,3	137
МАНДАРИН мандарин	104	0,8	0,2	7,8	39
БУЛОЧКА мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	125	8,8	26,8	67,2	544
Итого		11,9	29,5	101,3	720
Ужин					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ свинина мясная, капуста белокочанная, говядина б/к, крупя рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	95	15,5	27,5	14,3	368
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ соль йодированная, картофель, масло сладко-сливочное несоленое	155	3	8,7	23,9	185
ХЛЕБ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	70	5,3	0,4	35,1	166

КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ компот из персиков, сахар песок, вода питьевая	200			19,4	77
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ огурцы соленые	30	0,2		0,5	4
Итого		24	36,6	93,2	800
Ужин 2					
ЙОГУРТ йогурт 2.5% жирности	150	4,2	3,8	6,8	85
пирог брусничный яйца куриные (шт.), брусника, сахар песок, соль йодированная, мука пшеничная высш сорт	100	26	7	233,4	1102
Итого		30,2	10,8	240,2	1187
Всего		120,9	171,4	662,2	4692

Медицинская сестра _____ Юдина О.Ю.