

Согласовано

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

# МЕНЮ

16 сентября 2021 г.

## 1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>КОТЛЕТА МЯСНАЯ</b> свинина мясная, соль йодированная, лук репчатый, вода питьевая, мука пшеничная высш сорт, масло подсолнечное рафинированное	80	33,00	7,4	19,8	8,8	242
<b>КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	150	9,52	4,3	5,5	45,2	247
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №364</b> вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок	25	1,12	0,5	2,5	1,8	31
<b>хлеб выпечка</b> мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное	100	2,78	4,5	5,4	28,5	180
<b>перец сладкий</b> перец красный сладкий	80	17,28	1		3,6	19
<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b> сок яблочный	200	13,60	1	0,2	20,2	86
<b>Итого</b>		77,30	18,7	33,4	108,1	805
<b>Всего</b>		77,30	18,7	33,4	108,1	805

Бухгалтер (калькулятор) \_\_\_\_\_ Сальникова Ю.И.

Согласовано

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

# МЕНЮ

16 сентября 2021 г.

## 5-11 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>КОТЛЕТА МЯСНАЯ</b> свинина мясная, соль йодированная, лук репчатый, вода питьевая, мука пшеничная высш сорт, масло подсолнечное рафинированное	100	36,48	7,4	19,8	8,8	242
<b>КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	9,51	4,3	5,5	45,2	247
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №364</b> вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок	25	1,14	0,5	2,5	1,8	31
<b>хлеб выпечка</b> мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное	100	2,77	4,5	5,4	28,5	180
<b>перец сладкий</b> перец красный сладкий	80	21,60	1		3,6	19
<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b> сок яблочный	200	13,60	1	0,2	20,2	86
<b>Итого</b>		85,10	18,7	33,4	108,1	805
<b>Всего</b>		85,10	18,7	33,4	108,1	805

Бухгалтер (калькулятор) \_\_\_\_\_ Сальникова Ю.И.

Согласовано

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

# МЕНЮ

16 сентября 2021 г.

овз 5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)</b> масло сладко-сливочное несоленое	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
<b>СЫР (ПОРЦИЯМИ)</b> сыр голландский (круглый)	30	15,90	7,1	9,1		113
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200	0,94			14,1	56
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ</b> крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко сухое цельное 25% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	250	20,99	9	12,3	40,2	307
<b>МАНДАРИН</b> мандарин	100	23,09	0,8	0,2	7,5	38
<b>Итого</b>		<b>68,92</b>	<b>17</b>	<b>29,9</b>	<b>61,9</b>	<b>589</b>
<b>Обед</b>						
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,06			23,3	93
<b>МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ</b> соль йодированная, макаронные изделия высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое	150	8,48	6,7	5,7	43,1	250
<b>ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)</b> свинина мясная, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт	100	29,83	6,1	20,3	12,1	255
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №364</b> вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок	25	1,12	0,5	2,5	1,8	31
<b>СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ</b> приправа окорочка куриные, горошек зеленый консервы, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 20% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая	250/5	30,15	3,2	6,2	15,7	131
<b>ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ</b> соль йодированная, свекла, картофель, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное	100	12,54	1,7	10,1	9,6	138
<b>хлеб выпечка</b> мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное	100	2,78	4,5	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>		<b>89,96</b>	<b>22,7</b>	<b>50,2</b>	<b>134,1</b>	<b>1078</b>
<b>Всего</b>		<b>158,88</b>	<b>39,7</b>	<b>80,1</b>	<b>196</b>	<b>1667</b>

Бухгалтер (калькулятор) \_\_\_\_\_ Сальникова Ю.И.

Согласовано

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

# МЕНЮ

16 сентября 2021 г.

## ИНТЕРНАТ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ крупя гречневая ядрица, вода питьевая, молоко сухое цельное 25% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200/6	10,8	14,6	45	353
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	0,1		19,6	79
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	0,1	8,3	0,1	75
<b>Итого</b>		<b>11</b>	<b>22,9</b>	<b>64,7</b>	<b>507</b>
<b>Обед</b>					
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200			19,4	77
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, макаронные изделия высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое	165	6,5	8,9	41,1	269
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) говядина б/к, соль йодированная, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, мука пшеничная высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое	110	1,9	8,3	13,3	134
СОУС ТОМАТНЫЙ №348 приправа, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	85	1,9	17,9	19,7	247
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ яйца куриные (шт), сметана 20% жирности, картофель, горошек зеленый консервы, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, окорочка куриные	200	7,6	16,4	13,4	232
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ горошек зеленый консервы, соль йодированная, картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	115	2	10,1	9,7	140
<b>Итого</b>		<b>19,9</b>	<b>61,6</b>	<b>116,6</b>	<b>1099</b>
<b>Полдник</b>					
печенье творожное яйца куриные (шт), творог 9,0% жирности, мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	100	17,1	18,4	45,2	415
ГРУША груша	99	0,4	0,3	10,2	47
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	0,2	0,1	15	60
<b>Итого</b>		<b>17,7</b>	<b>18,8</b>	<b>70,4</b>	<b>522</b>
<b>Ужин</b>					
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупя рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	150	3,5	8,6	35,6	233
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15			19,4	77
КОТЛЕТЫ говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш сорт	60/50	15,4	21,6	9,3	293

СОУС ТОМАТНЫЙ №348 вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, петрушка (зелень), томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	90	2,3	17,9	20,4	251
Итого		21,2	48,1	84,7	854
<b>Ужин 2</b>					
ЙОГУРТ йогурт 2.5% жирности	210	5,9	5,3	9,5	119
БУЛОЧКА мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое	125	8,8	26,8	67,2	544
Итого		14,7	32,1	76,7	663
Всего		84,5	183,5	413,1	3645

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Юдина О.Ю.