

Утверждаю

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

## МЕНЮ

24 января 2022 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>1-4 классы</b>								
2008	265	ПЛОВ	250	44,75	18,3	34,3	73,8	678
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	15,97	1,6	5,1	10,1	94
		хлеб выпечка	99	2,42	4,3	5,4	27,9	177
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,93			15,5	62
<b>Итого</b>				<b>73,07</b>	<b>24,2</b>	<b>44,8</b>	<b>127,3</b>	<b>1011</b>
<b>5-11 классы</b>								
2008	265	ПЛОВ	280	50,76	20,5	38,4	82,8	759
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,93			15,5	62
		хлеб выпечка	99	2,40	4,3	5,4	27,9	177
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	120	19,18	2	6,1	12,2	113
<b>Итого</b>				<b>82,27</b>	<b>26,8</b>	<b>49,9</b>	<b>138,4</b>	<b>1111</b>
<b>овз 5-11</b>								
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	280	33,78	9,4	8,3	26,8	221
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,96			14,6	58
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2011	416	КАША МАННАЯ	250	28,86	11,3	13,1	50	363
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	10,77	4,7	6,1		75
2008	265	ПЛОВ	280	50,76	20,5	38,4	82,8	759
		хлеб выпечка	99	2,42	4,3	5,4	27,9	177
		хлеб выпечка	99	2,42	4,3	5,4	27,9	177
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,93			15,5	62
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	120	19,17	2	6,1	12,2	113
<b>Итого</b>				<b>167,07</b>	<b>56,6</b>	<b>91,1</b>	<b>257,8</b>	<b>2080</b>

## МЕНЮ

24 января 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	
<b>ИНТЕРНАТ</b>								
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	280	34,34	8,8	12,4	35,1	290
2008	232	СОЛЯНКА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	41,49	12,2	29,3	19,9	394
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	4,84	0,3	0,1	24,1	105
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	125	24,29	2,3	19,8	15,9	251
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,48	0,2		19,9	80
		СНЕЖОК	200	21,20				
2008	467	БУЛОЧКА	155	32,74	10,2	19,2	86,5	558
2008	265	ПЛОВ	365	60,29	23,7	46,5	82,7	845
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	95	25,52	0,6	10,1	2,4	104
		СЫРКИ ТВОРОЖНЫЕ	100	47,00				
к/к	к/к	ГРУША	126	29,96	0,5	0,4	12,6	57
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,48	0,2		19,9	80
		хлеб выпечка	125	5,73	5,5	10,4	27,4	224
		хлеб выпечка	125	5,73	5,5	10,4	27,4	224
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	19	10,26	4,5	5,6		70
2011	416	КАША МАННАЯ	250	31,75	11,2	15,8	58,3	418
		хлеб выпечка	125	5,69	5,5	10,4	27,4	224
<b>Итого</b>				<b>391,79</b>	<b>91,3</b>	<b>198,7</b>	<b>459,6</b>	<b>3999</b>

мед. работник \_\_\_\_\_ Юдина О.Ю.