

Утверждаю

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

## МЕНЮ

28 сентября 2021 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,00	5,9	4,7	37,6	217
2008	257	ПОДЖАРКА	80	34,65	13,1	33	3,4	364
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	12,55	1,7	10,1	9,6	138
		хлеб выпечка	100	2,52	4,4	5,4	28,5	180
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,50	0,2		25,6	103
<b>Итого</b>				<b>73,22</b>	<b>25,3</b>	<b>53,2</b>	<b>104,7</b>	<b>1002</b>
<b>5-11 классы</b>								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	8,18	6,7	5,4	42,6	246
2008	257	ПОДЖАРКА	100	38,13	13,1	33	3,4	364
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	12,52	1,7	10,1	9,6	138
		хлеб выпечка	100	2,48	4,4	5,4	28,5	180
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,50	0,2		25,6	103
<b>Итого</b>				<b>77,81</b>	<b>26,1</b>	<b>53,9</b>	<b>109,7</b>	<b>1031</b>
<b>овз 5-11</b>								
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	123/15	32,39	15	10,6	3,8	170
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15/7	0,94			14,6	58
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180/6	29,18	9,3	12,1	34,6	285
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2011	101	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	19,10	3	3	18,8	115
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	25,83	11,9	13,5	54,1	384
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	18,93	0,1	6	0,8	58
		хлеб выпечка	101	2,71	4,4	5,4	27,9	178
2008	437	НАПИТОК	200/24	16,50	0,2		25,6	103
		хлеб выпечка	100	2,71	4,4	5,4	27,9	178
<b>Итого</b>				<b>156,29</b>	<b>48,4</b>	<b>64,3</b>	<b>208,2</b>	<b>1604</b>

Утверждаю

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



# МЕНЮ

28 сентября 2021 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ИНТЕРНАТ</b>								
2008		ХЛЕБ	70	5,60	5,3	0,4	35,1	166
2011	399	БЛИНЧИКИ со сгущенным молоком	135	14,41	9,8	15,6	42,6	349
2011	391	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ	195	47,54	35,9	25	75,9	671
		СНЕЖОК	250	26,50				
2008		ХЛЕБ	50	4,00	3,8	0,3	25,1	118
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	185/6	17,57	9,6	15,7	35,5	321
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,60	1	0,2	20,2	86
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15/7	1,28			19,4	77
2008	467	БУЛОЧКА	125	30,21	11,1	28,3	48,8	495
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,28			19,4	77
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	14,02	2,6	10,2	16,3	168
2008		ХЛЕБ	70	5,60	5,3	0,4	35,1	166
2008		АПЕЛЬСИН	94	28,84	0,8	0,2	7,6	40
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	24,15	8,8	13,4	44,9	333
2008	437	НАПИТОК	200	16,29	0,1		20,1	83
		перец сладкий	100	21,60	1		3,6	19
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	27	0,00	6,1	7,8		96
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	255	41,99	19,5	29,3	7,4	373
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	69	16,45	0,8	0,1	2,6	17
<b>Итого</b>				<b>338,93</b>	<b>121,6</b>	<b>155,2</b>	<b>459,7</b>	<b>3730</b>

мед. работник \_\_\_\_\_ Юдина О.Ю.