

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 марта 2023 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1-4 классы								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	219	99,81	33,9	50,2	24,1	685
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	17,00	0,2	16,6	0,2	150
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,97	0,2		16,2	65
1981	1089	хлеб выпечка	100	3,86	4,5	5,4	28,5	180
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
Итого				153,64	38,8	72,2	69	1080
5-11 классы								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	249	112,85	38,5	57,1	27,4	779
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,97	0,2		16,2	65
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	25,50	0,3	24,9	0,3	225
1981	1089	хлеб выпечка	110	4,19	5	5,9	31,3	198
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
Итого				175,51	44	87,9	75,2	1267
овз 5-11								
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	25,50	0,2	24,8	0,2	224
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,23	0,9	4,9	3,6	61
2008	437	НАПИТОК	200/24	14,53	0,1		24	98
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,65			15,7	63
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (100	16,40	1,9	15,1	10,5	186
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	249	112,85	38,5	57,1	27,4	779
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180/6	42,56	9,3	12,1	34,6	285
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	280	22,73	13,2	12,8	21	252
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
1981	1089	хлеб выпечка	80	3,20	3,6	4,3	22,8	144
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	106	31,78	3,1	5,9	3,8	82
1981	1089	хлеб выпечка	110	4,27	5	5,9	31,3	198
Итого				308,70	75,8	142,9	194,9	2372
овз 1-4								
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,35	0,5	2,9	2,2	37
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	219	99,81	33,9	50,2	24,1	685
2008	437	НАПИТОК	200/24	14,53	0,1		24	98
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,65			15,7	63
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	17,00	0,2	16,6	0,2	150
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	35,81	7,7	9,9	28,8	238
1981	1089	хлеб выпечка	60	2,13	2,6	3,2	17,1	108
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	106	31,77	3,1	5,9	3,8	82
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	21,01	12,1	11,9	18,8	230
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (80	13,16	1,5	12	8,4	149



МЕНЮ

1 марта 2023 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ПЕРСОНАЛ								
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	280	22,73	13,2	12,8	21	252
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	42,56	9,3	12,1	34,6	285
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	16,49	1,9	15,1	10,5	186
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	106	31,78	3,1	5,9	3,8	82
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,23	0,9	4,9	3,6	61
2008	437	НАПИТОК	200	14,53	0,1		24	98
Итого				130,32	14,9	32,3	79,3	674
Родительская плата(1-4 класс)								
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,35	0,5	2,9	2,2	37
2008	437	НАПИТОК	200	14,53	0,1		24	98
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	35,81	7,7	9,9	28,8	238
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	21,01	12,1	11,9	18,8	230
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	106	31,78	3,1	5,9	3,8	82
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	80	13,16	1,5	12	7,3	143
Итого				117,64	16,2	31,4	82,3	681
Родительская плата(5-11 класс)								
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	280	22,73	13,2	12,8	21	252
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	42,56	9,3	12,1	34,6	285
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	16,49	1,9	15,1	10,5	186
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	106	31,78	3,1	5,9	3,8	82
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,23	0,9	4,9	3,6	61
2008	437	НАПИТОК	200	14,53	0,1		24	98
Итого				130,32	14,9	32,3	79,3	674