



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

## МЕНЮ

2 февраля 2023 г.

| Сборник рецептур   | № техн. карты | Наименование блюда                   | Выход | Цена, руб.    | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|--------------------------------------|-------|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                    |               |                                      |       |               | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>1-4 классы</b>  |               |                                      |       |               |                   |             |              |                               |
| 2008               | 112           | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 220   | 33,20         | 11,3              | 11,5        | 37,7         | 302                           |
| 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         |                   |             |              |                               |
| <b>Итого</b>       |               |                                      |       | <b>87,03</b>  | <b>16,2</b>       | <b>33,5</b> | <b>82,6</b>  | <b>697</b>                    |
| <b>5-11 классы</b> |               |                                      |       |               |                   |             |              |                               |
| 2008               | 112           | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250   | 37,01         | 12,9              | 13,1        | 42,9         | 342                           |
| 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                         | 150   | 5,69          | 6,7               | 8,1         | 42,7         | 270                           |
|                    |               | коктейль молочный в ассортименте     | 200   | 31,00         |                   |             |              |                               |
| <b>Итого</b>       |               |                                      |       | <b>101,17</b> | <b>20,1</b>       | <b>46,1</b> | <b>102,1</b> | <b>902</b>                    |
| <b>овз 5-11</b>    |               |                                      |       |               |                   |             |              |                               |
| 2011               | 14            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                     | 30    | 25,50         | 0,2               | 24,8        | 0,2          | 224                           |
| 2008               | 84            | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ      | 280   | 23,13         | 7,2               | 11,8        | 9,6          | 174                           |
| 2008               | 272           | КОТЛЕТА МЯСНАЯ                       | 110   | 60,04         | 19                | 28,7        | 17,6         | 403                           |
| 1981               | 1089          | хлеб выпечка                         | 150   | 5,73          | 6,7               | 8,1         | 42,7         | 270                           |
| 2008               | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 200   | 1,65          |                   |             | 15,7         | 63                            |
| 2008               | 364           | СОУС ТОМАТНЫЙ №364                   | 50    | 2,24          | 0,9               | 4,9         | 3,6          | 61                            |
|                    |               | коктейль молочный в ассортименте     | 200   | 31,00         |                   |             |              |                               |
| 2011               |               | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ    | 100   | 29,09         | 1,1               | 5,9         | 4,5          | 79                            |
| 2008               | 325           | РИС ОТВАРНОЙ                         | 180   | 13,68         | 4,4               | 7,6         | 39,4         | 244                           |
| 2008               | 112           | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250   | 37,00         | 12,9              | 13,1        | 42,9         | 342                           |
| 1981               | 1089          | хлеб выпечка                         | 150   | 5,73          | 6,7               | 8,1         | 42,7         | 270                           |
| 2008               | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ          | 200   | 8,71          |                   |             | 23,3         | 93                            |
| <b>Итого</b>       |               |                                      |       | <b>243,50</b> | <b>59,1</b>       | <b>113</b>  | <b>242,2</b> | <b>2223</b>                   |
| <b>овз 1-4</b>     |               |                                      |       |               |                   |             |              |                               |
| 2008               | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 200   | 1,65          |                   |             | 15,7         | 63                            |
| 2011               | 14            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                     | 15    | 12,75         | 0,1               | 12,4        | 0,1          | 112                           |
| 1981               | 1089          | хлеб выпечка                         | 150   | 5,73          | 6,7               | 8,1         | 42,7         | 270                           |
| 2008               | 364           | СОУС ТОМАТНЫЙ №364                   | 25    | 1,35          | 0,5               | 2,5         | 1,8          | 31                            |
| 2008               | 112           | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 220   | 33,20         | 11,3              | 11,5        | 37,7         | 302                           |
|                    |               | коктейль молочный в ассортименте     | 200   | 31,00         |                   |             |              |                               |
| 2011               |               | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ    | 80    | 23,42         | 0,9               | 4,8         | 3,7          | 63                            |
| 2008               | 325           | РИС ОТВАРНОЙ                         | 180   | 13,69         | 4,4               | 7,6         | 39,4         | 244                           |
| 1981               | 1089          | хлеб выпечка                         | 150   | 5,73          | 6,7               | 8,1         | 42,7         | 270                           |

|              |     |                                 |     |               |             |             |              |             |
|--------------|-----|---------------------------------|-----|---------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| 2008         | 84  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ | 250 | 20,21         | 6,4         | 10,6        | 8,6          | 155         |
| 2008         | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ     | 200 | 8,71          |             |             | 23,3         | 93          |
| 2008         | 272 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ                  | 121 | 65,99         | 21,4        | 31          | 17,8         | 434         |
| <b>Итого</b> |     |                                 |     | <b>223,43</b> | <b>58,4</b> | <b>96,6</b> | <b>233,5</b> | <b>2037</b> |