

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 мая 2023 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1-4 классы								
2008	257	ПОДЖАРКА	90	45,78	12,3	34,1	3,8	372
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,66	3,7	6,3	32,7	202
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250	20,70	6,6	10,7	8,6	157
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	93
2008		ХЛЕБ	79	6,24	6	0,5	39,6	187
Итого				92,83	28,6	51,6	108	1011
5-11 классы								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	280	25,40	7,5	13,1	9,8	189
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	13,97	4,4	7,6	39,4	244
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	93
2008	257	ПОДЖАРКА	110	53,36	15,2	40,1	4,4	440
2008		ХЛЕБ	79	6,24	6	0,5	39,6	187
Итого				107,41	33,1	61,3	116,5	1153
овз 5-11								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	280	25,47	7,5	13,1	9,8	189
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,91	0,2		16,2	65
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
2008	467	РУЛЕТ С МАКОМ	71	17,85				
2008	257	ПОДЖАРКА	110	56,74	15,4	42	4,8	460
2008		ХЛЕБ	79	6,24	6	0,5	39,6	187
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	13,99	4,4	7,6	39,4	244
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	93
Итого				161,65	33,5	63,2	133,1	1238
овз 1-4								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,82	0,2		16,2	65
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
2008	467	РУЛЕТ С МАКОМ	71	17,88				
2008	257	ПОДЖАРКА	90	45,95	12,3	34,1	3,8	372
2008		ХЛЕБ	79	6,24	6	0,5	39,6	187
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,66	3,7	6,3	32,7	202
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250	20,90	6,6	10,7	8,6	157

2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	93
Итого				143,89	28,8	51,6	124,2	1076

Итого: 1076 шт. (в том числе: 93 шт. - в упаковке 1 шт., 983 шт. - в упаковке 2 шт.)

МЕНЮ
4 мая 2022 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена руб.	Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)
				Белок, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
1-4 классы							
2008	ПОДКАРКА	60	46,78	15,3	34,7	3,8	373
2008	ПЛО ОТВАРОН	180	11,68	3,7	8,3	23,7	505
2008	ЛИН ИЗ ОБЕЖЕН КАПУТЫН ОМЕТАНОН	280	20,70	8,8	10,7	8,8	187
2008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	88
2008	ХЛЕБ	78	8,34	8	0,5	38,8	187
Итого							
5-11 классы							
2008	ПОДКАРКА	110	65,38	15,3	40,7	4,4	480
2008	ПЛО ОТВАРОН	180	13,37	4,4	7,8	38,4	187
2008	ЛИН ИЗ ОБЕЖЕН КАПУТЫН ОМЕТАНОН	280	28,45	7,8	13,7	8,8	244
2008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	88
2008	ХЛЕБ	78	8,34	8	0,5	38,8	187
Итого							
12-17 классы							
2008	ПОДКАРКА	110	65,38	15,3	40,7	4,4	480
2008	ПЛО ОТВАРОН	180	13,37	4,4	7,8	38,4	187
2008	ЛИН ИЗ ОБЕЖЕН КАПУТЫН ОМЕТАНОН	280	28,45	7,8	13,7	8,8	244
2008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	88
2008	ХЛЕБ	78	8,34	8	0,5	38,8	187
Итого							
18-19 классы							
2008	ПОДКАРКА	60	46,78	15,3	34,7	3,8	373
2008	ПЛО ОТВАРОН	180	11,68	3,7	8,3	23,7	505
2008	ЛИН ИЗ ОБЕЖЕН КАПУТЫН ОМЕТАНОН	280	20,70	8,8	10,7	8,8	187
2008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	88
2008	ХЛЕБ	78	8,34	8	0,5	38,8	187
Итого							
20-21 классы							
2008	ПОДКАРКА	60	46,78	15,3	34,7	3,8	373
2008	ПЛО ОТВАРОН	180	11,68	3,7	8,3	23,7	505
2008	ЛИН ИЗ ОБЕЖЕН КАПУТЫН ОМЕТАНОН	280	20,70	8,8	10,7	8,8	187
2008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	88
2008	ХЛЕБ	78	8,34	8	0,5	38,8	187
Итого							