



директор

МБОУ школа-интернат №3

Ватлин А.В./

МЕНЮ

8 декабря 2022 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	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,52			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180	9,69	6,5	5,5	41,7	242
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	40,18	11,9	25,3	12,1	323
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,50	0,4	2,4	1,7	29
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	15,21	1,7	10,1	9,6	138
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	250/5	38,09	12	14,9	15,8	245
2008		ХЛЕБ	90	7,11	6,9	0,6	45,2	213
Итого				120,30	39,4	58,8	149,4	1283
5-11 классы								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,52			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	200	11,02	7,2	6,1	46,4	269
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	135	54,09	15,9	34,2	16,2	435
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,44	0,9	4,9	3,6	61
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	150	23,03	2,8	15,3	14,5	208
2008		ХЛЕБ	90	7,11	6,9	0,6	45,2	213
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	300	44,43	14,2	17,6	18,7	289
Итого				150,64	47,9	78,7	167,9	1568
овз 5-11								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	191	54,49	21,4	35,9	8	440
2008		ХЛЕБ	90	7,11	6,9	0,6	45,2	213
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,84	0,2		16,2	65
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,52			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	200	10,17	7,2	6	46,4	268
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	138	55,11	16,2	34,9	16,6	445
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,48	0,9	4,9	3,6	61
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	150	23,03	2,8	15,3	14,5	208
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	300	45,24	14,5	17,9	19	296
Итого				207,99	70,1	115,5	192,8	2089
овз 1-4								
2008		ХЛЕБ	70	5,53	5,3	0,4	35,1	166
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	143	41,33	15,9	26,8	5,9	329
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,84	0,2		16,2	65
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,52			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180	9,69	6,5	5,5	41,7	242
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	40,18	11,8	25,2	12,1	322
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,50	0,5	2,5	1,8	31
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	15,21	1,7	10,1	9,6	138

2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	250	38,09	12,1	14,9	15,8	246
Итого				161,89	54	85,4	161,5	1632