

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 апреля 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		ХЛЕБ	100	7,90	7,6	0,6	50	236
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	90	34,93	10,8	27,7	2,8	304
2008	437	НАПИТОК	200/24	14,53	0,1		24	98
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	28,20	8,1	12	19,5	219
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,51	3,6	4,6	37,7	206
Итого				98,07	30,2	44,9	134	1063
5-11 классы								
2008		ХЛЕБ	100	7,90	7,6	0,6	50	236
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	110	42,71	13,3	33,8	3,4	371
2008	437	НАПИТОК	200/24	14,53	0,1		24	98
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	280	32,10	8,7	13,4	22	247
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14,99	4,3	5,5	45,2	247
Итого				112,23	34	53,3	144,6	1199
овз 5-11								
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	110	42,72	13,3	33,8	3,4	371
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	259	116,04	39,9	58,3	27,4	795
2008	437	НАПИТОК	200/24	14,53	0,1		24	98
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,00	0,2		16,2	65
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	280	32,07	8,7	13,4	22	247
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
2008		ХЛЕБ	100	7,90	7,6	0,6	50	236
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	15,00	4,3	5,5	45,2	247
Итого				261,26	74,1	111,6	188,2	2059
овз 1-4								
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	90	34,93	10,8	27,7	2,8	304
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	228	102,57	35,1	51,3	24,2	699
2008	437	НАПИТОК	200/24	14,53	0,1		24	98
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,00	0,2		16,2	65
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	28,20	8,1	12	19,5	219
2008		ХЛЕБ	100	7,90	7,6	0,6	50	236

2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,51	3,6	4,6	37,7	206
Итого				233,64	65,5	96,2	174,4	1827