



Утверждаю

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

МЕНЮ

13 февраля 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	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
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	17,00	0,2	16,6	0,2	150
2011	415	КАША РИСОВАЯ	220	39,02	12,7	14,7	59,8	423
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
Итого				92,85	17,6	36,7	104,7	818
5-11 классы								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	25,50	0,3	24,9	0,3	225
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,97	0,2		16,2	65
1981	1089	хлеб выпечка	110	4,27	5	5,9	31,3	198
2011	415	КАША РИСОВАЯ	250	44,10	14,5	16,6	67,9	480
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
Итого				106,84	20	47,4	115,7	968
овз 5-11								
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	280	41,32	10,9	4,6	21,5	172
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180/6	41,60	9,5	12,2	34,8	288
2011	415	КАША РИСОВАЯ	250	44,11	14,5	16,6	67,9	480
2008	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	120	37,97	11,2	26,4	7,3	314
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	25,50	0,3	24,9	0,3	225
2008	437	НАПИТОК	200/24	14,53	0,1		24	98
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	20,86	0,8	6,1	3	70
1981	1089	хлеб выпечка	110	4,27	5	5,9	31,3	198
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,65			15,7	63
1981	1089	хлеб выпечка	110	4,22	5	5,9	31,3	198
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
Итого				267,03	57,3	102,6	237,1	2106
овз 1-4								
2011	415	КАША РИСОВАЯ	220	39,02	12,7	14,7	59,8	423
1981	1089	хлеб выпечка	90	3,62	4,1	4,9	25,6	162
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	36,99	9,7	4,1	19,3	153
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,65			15,7	63
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	33,31	7,6	9,8	28,1	232
2008	437	НАПИТОК	200/24	14,53	0,1		24	98
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	12,75	0,2	12,5	0,2	113
2008	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	100	31,66	9,5	22	6,2	261
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	80	16,76	0,7	4,9	2,5	56
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				

1981	1089	хлеб выпечка	90	3,62	4,1	4,9	25,6	162
Итого				224,91	48,7	77,8	207	1723