Утверждаю

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

МЕНЮ

14 февраля 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								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	222	84,66	30,2	26,4	28,5	477
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
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
Итого				**138,49**	**35,1**	**48,4**	**73,4**	**872**
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	4,28	5	5,9	31,3	198
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	252	96,01	34,1	30	32,4	542
Итого				**158,76**	**39,6**	**60,8**	**80,2**	**1030**
овз 5-11								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	280	27,90	7,9	13,1	18,4	225
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	11,34	6,7	5,7	43,1	250
2008	257	ПОДЖАРКА	110	45,46	14,7	36,6	3,8	404
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,71			23,3	93
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	25,50	0,3	24,9	0,3	225
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,65			15,7	63
1981	1089	хлеб выпечка	110	4,27	5	5,9	31,3	198
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	17,83	1,7	10,1	9,6	138
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	252	96,08	34,1	30	32,4	542
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
1981	1089	хлеб выпечка	110	4,27	5	5,9	31,3	198
Итого				**274,01**	**75,4**	**132,2**	**209,2**	**2336**
овз 1-4								
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	9,47	5,6	4,7	35,9	209
2008	257	ПОДЖАРКА	90	37,39	11,8	30	3,1	330
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,65			15,7	63
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	12,75	0,2	12,5	0,2	113
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,71			23,3	93
1981	1089	хлеб выпечка	90	3,62	4,1	4,9	25,6	162
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	80	14,35	1,5	8,1	7,8	111
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	222	84,66	30,2	26,4	28,5	477
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	250	23,01	6,8	10,8	16,3	189

1981	1089	хлеб выпечка	90	3,62	4,1	4,9	25,6	162
Итого				**230,23**	**64,3**	**102,3**	**182**	**1909**