



Утверждаю
 директор
 МБОУ «Школа-интернат №3»
 /Ватлин А.В./

МЕНЮ

16 ноября 2022 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
1-4 классы								
2008	101	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	23,11	5,7	3,4	18,8	129
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,50	0,5	2,5	1,8	31
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	29,39	7,5	9,7	27,9	230
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	88	23,56	1	3,7	6,3	63
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (100	14,40	1,9	15,1	10,5	186
2008		ХЛЕБ	100	7,90	7,6	0,6	50,2	237
Итого				99,86	24,2	35	115,5	876
5-11 классы								
2008		ХЛЕБ	100	7,90	7,6	0,6	50,2	237
2008	101	СУП ГОРОХОВЫЙ	280	25,58	6,3	3,9	20,9	145
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	174	35,02	9	11,7	33,6	276
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	106	28,45	1,2	4,6	7,5	76
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (120	17,04	2,4	18,1	12,6	223
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,38	0,9	4,9	3,6	61
Итого				116,37	27,4	43,8	128,4	1018
овз 5-11								
2008		ХЛЕБ	100	7,90	7,6	0,6	50,2	237
2008	467	БУЛОЧКА ПЛЮШКА	93	25,10	0,1	8,1	0,1	73
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ С ШИПОВНИКОМ	185/15/7	3,92	0,2	0,1	17,9	77
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,38	0,9	4,9	3,6	61
к/к	к/к	ГРУША	370	129,47	1,5	1,1	37	169
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (120	17,04	2,4	18,1	12,6	223
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	174/6	36,10	9,3	12,1	34,6	285
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	105	26,99	1,2	4,6	7,5	76
2008	101	СУП ГОРОХОВЫЙ	280	25,58	6,3	3,9	20,9	145
Итого				274,48	29,5	53,5	184,4	1346
овз 1-4								
2008	467	БУЛОЧКА ПЛЮШКА	93	25,10	0,1	8,1	0,1	73
2008		ХЛЕБ	70	5,53	5,3	0,4	35,1	166
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ С ШИПОВНИКОМ	185/15/7	3,92	0,2	0,1	17,9	77
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,50	0,5	2,5	1,8	31
к/к	к/к	ГРУША	370	129,46	1,5	1,1	37	169
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	29,39	7,5	9,7	27,9	230
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	88	23,56	1	3,7	6,3	63
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (100	14,35	1,9	15,1	10,5	186

2008	101	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	22,99	5,7	3,4	18,8	129
Итого				255,80	23,7	44,1	155,4	1124