



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

МЕНЮ

17 мая 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	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	105	58,42	16,8	28,4	9,1	357
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	9,47	5,6	4,7	35,9	209
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	93
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	80	14,48	1,5	8,1	7,8	111
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	250	23,40	6,8	10,8	16,3	189
2008		ХЛЕБ	91	7,19	6,9	0,6	45,7	216
Итого				121,41	37,6	52,6	138,1	1175
5-11 классы								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	11,34	6,7	5,7	43,1	250
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	18,13	1,7	10,1	9,6	138
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	105	58,40	16,8	28,4	9,1	357
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	280	28,30	7,9	13,1	18,4	225
2008		ХЛЕБ	91	7,19	6,9	0,6	45,7	216
Итого				131,81	40	57,9	149,2	1279
овз 5-11								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	280	28,36	7,9	13,1	18,4	225
2008	467	РУЛЕТ С МАКОМ	62	15,75				
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	11,34	6,7	5,7	43,1	250
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,82	0,2		16,2	65
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	93
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	18,11	1,7	10,1	9,6	138
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	105	58,42	16,8	28,4	9,1	357
2008		ХЛЕБ	91	7,19	6,9	0,6	45,7	216
Итого				180,44	40,2	57,9	165,4	1344
овз 1-4								
2008	467	РУЛЕТ С МАКОМ	62	15,75				
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	9,47	5,6	4,7	35,9	209
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,82	0,2		16,2	65
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	93
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	80	14,48	1,5	8,1	7,8	111
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	105	58,42	16,8	28,4	9,1	357
2008		ХЛЕБ	91	7,19	6,9	0,6	45,7	216

