

Утверждаю

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



МЕНЮ

18 мая 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	84	6,60	6,4	0,5	41,9	198
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	80	27,83	0,9	4,8	3,7	63
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,66	3,7	6,3	32,7	202
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250	24,77	6,6	10,7	8,6	157
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	93
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	90	56,01	13,9	15,1	2,8	203
Итого				135,31	31,5	37,4	113	916
5-11 классы								
2008		ХЛЕБ	84	5,10	6,4	0,5	41,9	198
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	110	68,44	17,1	18,5	3,4	248
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	34,85	1,1	5,9	4,5	79
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	280	27,76	7,4	11,9	9,6	176
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	13,97	4,4	7,6	39,4	244
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	93
Итого				158,56	36,4	44,4	122,1	1038
овз 5-11								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,90	0,2		16,2	65
2008	467	РУЛЕТ С МАКОМ	62	15,63				
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	110	68,39	17,1	18,5	3,4	248
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	34,94	1,1	5,9	4,5	79
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	280	27,64	7,4	11,9	9,6	176
2008		ХЛЕБ	84	6,60	6,4	0,5	41,9	198
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	13,94	4,4	7,6	39,4	244
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,45			23,3	93
Итого				208,47	36,6	44,4	138,3	1103
овз 1-4								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,82	0,2		16,2	65
2008	467	РУЛЕТ С МАКОМ	62	15,63				
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	80	27,82	0,9	4,8	3,7	63
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,66	3,7	6,3	32,7	202
2008		ХЛЕБ	84	6,60	6,4	0,5	41,9	198
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250	24,92	6,6	10,7	8,6	157

