

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 января 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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	220	38,02	15,1	18,3	57,3	456
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	17,00	0,2	16,6	0,2	150
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,84	0,2		16,2	65
1981	1089	хлеб выпечка	100	3,86	4,5	5,4	28,5	180
Итого				60,72	20	40,3	102,2	851
5-11 классы								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	250	42,82	17,1	20,9	65,2	518
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,85	0,2		16,2	65
1981	1089	хлеб выпечка	150	5,70	6,7	8,1	42,7	270
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	25,50	0,3	24,9	0,3	225
Итого				75,87	24,3	53,9	124,4	1078
овз 5-11								
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	280	26,97	14,3	11,9	28	278
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	8,80	1,6	5,1	10,2	95
1981	1089	хлеб выпечка	150	5,73	6,7	8,1	42,7	270
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	25,50	0,3	24,9	0,3	225
2008	265	ПЛОВ	220	42,40	15,9	30,2	65,2	596
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,84	0,2		16,2	65
1981	1089	хлеб выпечка	150	5,73	6,7	8,1	42,7	270
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,52			23,3	93
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	250	42,81	17,1	20,9	65,2	518
Итого				168,30	62,8	109,2	293,8	2410
овз 1-4								
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	12,75	0,1	12,4	0,1	112
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	6,76	1,3	4,1	8,2	75
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	220	38,02	15,1	18,3	57,3	456
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,52			15,7	63
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,52			23,3	93
1981	1089	хлеб выпечка	150	5,73	6,7	8,1	42,7	270
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250	24,13	12,6	10,7	25	248
2008	265	ПЛОВ	200	38,71	14,5	27,4	59,3	542

1981	1089	хлеб выпечка	150	5,73	6,7	8,1	42,7	270
Итого				141,87	57	89,1	274,3	2129