



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

МЕНЮ

23 марта 2023 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
1-4 классы								
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	220	40,53	16,2	15,9	56,1	434
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	17,00	0,2	16,6	0,2	150
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,04	0,2		16,2	65
1981	1089	хлеб выпечка	100	3,70	4,5	5,4	28,5	180
Итого				63,27	21,1	37,9	101	829
5-11 классы								
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	250	46,00	18,4	18,1	63,8	493
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,06	0,2		16,2	65
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	25,50	0,3	24,9	0,3	225
1981	1089	хлеб выпечка	110	4,10	5	5,9	31,3	198
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	245	53,99	1	1	24	115
Итого				162,64	24,9	49,9	135,6	1096
овз 5-11								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	25,50	0,3	24,9	0,3	225
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,71			23,3	93
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,50			14,1	56
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	11,30	6,7	5,7	43,1	250
2011	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	250	45,91	18,4	18,1	63,8	493
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	41,81	11,8	25,2	12,1	322
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,19	0,9	4,9	3,6	61
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	18,17	1,7	10,1	9,6	138
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	280	39,05	10,5	13,1	17	228
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
1981	1089	хлеб выпечка	80	2,99	3,6	4,3	22,8	144
1981	1089	хлеб выпечка	110	4,00	5	5,9	31,3	198
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	245	54,03	1	1	24	115
Итого				286,12	59,9	113,2	265	2323
овз 1-4								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,71			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	9,42	5,6	4,7	35,9	209
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	108	52,93	15,6	29,7	12,2	379
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,25	0,5	2,9	2,2	37
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	250	35,31	9,6	11,8	15,2	205

1981	1089	хлеб выпечка	90	3,35	4,1	4,9	25,6	162
Итого				110,96	35,4	54	114,4	1085