



директор  
МБОУ Школа-интернат №3  
Валтин А.В./

## МЕНЮ

23 декабря 2022 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>1-4 классы</b>								
2008		ХЛЕБ	90	7,11	6,9	0,6	45,2	213
2008	22	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	70	21,39	0,9		3,4	18
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	21,32			19,4	77
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	12,78	4,4	7,5	39,3	243
2008	111	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	18,65	5	10,4	13,1	166
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	61,98	15,4	16,8	3	226
<b>Итого</b>				<b>143,23</b>	<b>32,6</b>	<b>35,3</b>	<b>123,4</b>	<b>943</b>
<b>5-11 классы</b>								
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	200	14,24	4,9	8,4	43,6	270
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	21,29			19,4	77
2008	22	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	90	27,60	1,2		4,4	23
2008	111	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	300	22,28	5,8	12,5	15,8	200
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	120	74,46	18,6	20,1	3,6	271
2008		ХЛЕБ	90	7,11	6,9	0,6	45,2	213
<b>Итого</b>				<b>166,98</b>	<b>37,4</b>	<b>41,6</b>	<b>132</b>	<b>1054</b>
<b>овз 5-11</b>								
		пирог брусничный	254	103,50	66,6	18,9	586,2	2783
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,32	0,2		0,5	3
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	234	51,60	0,9	0,9	22,9	110
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	21,32			19,4	77
2008	22	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	90	27,60	1,2		4,4	23
2008	111	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	300	22,29	5,8	12,5	15,8	200
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	200	14,25	4,9	8,4	43,6	270
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	120	74,45	18,6	20,1	3,6	271
2008		ХЛЕБ	90	7,11	6,9	0,6	45,2	213
<b>Итого</b>				<b>322,44</b>	<b>105,1</b>	<b>61,4</b>	<b>741,6</b>	<b>3950</b>
<b>овз 1-4</b>								
2008		ХЛЕБ	90	7,11	6,9	0,6	45,2	213
		пирог брусничный	203	82,76	53,3	15,1	469,5	2228
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,32	0,2		0,5	3
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	234	51,61	0,9	0,9	22,9	110
2011	347	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	21,32			19,4	77
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	12,78	4,4	7,5	39,3	243
2008	111	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	18,65	5	10,4	13,1	166
2008	22	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	70	21,39	0,9		3,4	18

