Утверждаю

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

МЕНЮ

26 октября 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	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,99			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	9,90	5,6	4,7	35,9	209
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	105	42,99	15,2	29,3	12,2	373
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,33	0,5	2,9	2,2	37
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	80	13,40	1,5	8,1	7,8	111
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	250	30,55	9,6	11,7	15,2	204
2008		ХЛЕБ	84	6,63	6,4	0,5	41,9	198
Итого				**111,79**	**38,8**	**57,2**	**138,5**	**1225**
5-11 классы								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,00			23,3	93
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	105	43,02	15,2	29,3	12,2	373
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	11,84	6,7	5,7	43,1	250
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,23	0,9	4,9	3,6	61
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	16,62	1,7	10,1	9,6	138
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	280	33,94	10,5	13	17	227
2008		ХЛЕБ	84	6,65	6,4	0,5	41,9	198
Итого				**121,30**	**41,4**	**63,5**	**150,7**	**1340**
овз 5-11								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,99			23,3	93
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	192	77,69	26,3	22,3	23,3	403
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	11,85	6,7	5,7	43,1	250
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,82	0,2		16,2	65
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	34,38	11,8	25,2	12,1	322
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,23	0,9	4,9	3,6	61
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	16,62	1,7	10,1	9,6	138
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	280	33,98	10,5	13	17	227
2008		ХЛЕБ	84	6,63	6,4	0,5	41,9	198
Итого				**192,19**	**64,5**	**81,7**	**190,1**	**1757**
овз 1-4								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,99			23,3	93
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	160	64,92	21,8	18,5	19,3	335
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	9,90	5,6	4,7	35,9	209
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,82	0,2		16,2	65
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	105	42,99	15,2	29,3	12,2	373
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,33	0,5	2,9	2,2	37
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	80	13,40	1,5	8,1	7,8	111
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	250	30,55	9,6	11,7	15,2	204

2008		ХЛЕБ	84	6,63	6,4	0,5	41,9	198
Итого				**178,53**	**60,8**	**75,7**	**174**	**1625**