



Утверждаю
 директор
 МБОУ школа-интернат №3
 (Ватлин А.В.)

МЕНЮ

26 декабря 2022 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	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	120	36,17	11,2	26,4	7,3	314
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	34,44	9,5	4,1	20	155
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	23,01	5,3	7,4	24,9	188
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	9,49	0,8	6,1	3	70
2008	437	НАПИТОК	200/24	11,96	0,2		25,3	103
2008		ХЛЕБ	70	5,53	5,3	0,4	35,1	166
Итого				120,60	32,3	44,4	115,6	996
5-11 классы								
2008	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150	45,27	14	33,2	9	393
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	300	41,04	11,2	4,9	23,9	186
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	26,94	6,2	8,7	28,8	218
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	120	11,31	1	7,3	3,6	84
2008	437	НАПИТОК	200/24	11,96	0,2		25,3	103
2008		ХЛЕБ	70	5,53	5,3	0,4	35,1	166
Итого				142,05	37,9	54,5	125,7	1150
овз 5-11								
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	300	41,04	11,2	4,9	23,9	186
2008	467	ПЛЮШКА	121	26,80		3,2		29
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,84	0,2		16,2	65
2008	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150	45,29	14	33,2	9	393
2008		ХЛЕБ	70	5,53	5,3	0,4	35,1	166
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	120	11,27	1	7,3	3,6	84
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	26,90	6,2	8,7	28,8	218
2008	437	НАПИТОК	200/24	11,96	0,2		25,3	103
Итого				170,63	38,1	57,7	141,9	1244
овз 1-4								
2008	467	ПЛЮШКА	121	26,80		3,2		29
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	23,01	5,3	7,4	24,9	188
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,84	0,2		16,2	65
2008		ХЛЕБ	70	5,53	5,3	0,4	35,1	166
2008	437	НАПИТОК	200/24	11,96	0,2		25,3	103
2008	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	120	36,17	11,2	26,4	7,3	314
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	34,44	9,5	4,1	20	155

2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	9,49	0,8	6,1	3	70
Итого				149,24	32,5	47,6	131,8	1090