



Утверждаю

директор  
МБОУ «Школа-интернат №3»  
Ватлин А.В./

## МЕНЮ

31 января 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	
<b>1-4 классы</b>								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	222	84,48	30,2	26,4	28,4	477
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,97	0,2		16,2	65
1981	1089	хлеб выпечка	100	3,86	4,5	5,4	28,5	180
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	17,00	0,2	16,6	0,2	150
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
<b>Итого</b>				<b>138,31</b>	<b>35,1</b>	<b>48,4</b>	<b>73,3</b>	<b>872</b>
<b>5-11 классы</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	25,50	0,3	24,9	0,3	225
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,97	0,2		16,2	65
1981	1089	хлеб выпечка	150	5,74	6,7	8,1	42,7	270
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	252	95,85	34,1	30	32,2	541
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
<b>Итого</b>				<b>160,06</b>	<b>41,3</b>	<b>63</b>	<b>91,4</b>	<b>1101</b>
<b>овз 5-11</b>								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	280	30,02	9,4	14,6	18,4	244
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	11,34	6,7	5,7	43,1	250
2008	257	ПОДЖАРКА	100	41,32	13,2	33,3	3,4	367
1981	1089	хлеб выпечка	150	5,73	6,7	8,1	42,7	270
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,71			23,3	93
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	30	25,50	0,3	24,9	0,3	225
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,65			15,7	63
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	17,84	1,7	10,1	9,6	138
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	252	95,90	34,1	30	32,2	541
1981	1089	хлеб выпечка	150	5,73	6,7	8,1	42,7	270
<b>Итого</b>				<b>274,74</b>	<b>78,8</b>	<b>134,8</b>	<b>231,4</b>	<b>2461</b>
<b>овз 1-4</b>								
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	9,47	5,6	4,7	35,9	209
1981	1089	хлеб выпечка	150	5,73	6,7	8,1	42,7	270
2008	257	ПОДЖАРКА	90	37,39	11,8	30	3,1	330
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,65			15,7	63
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	12,75	0,2	12,5	0,2	113
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,71			23,3	93
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	222	84,48	30,2	26,4	28,4	477
		коктейль молочный в ассортименте	200	31,00				
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	80	14,35	1,5	8,1	7,8	111
1981	1089	хлеб выпечка	150	5,73	6,7	8,1	42,7	270

2008	76	СВЕКОЛЬНИК	250	26,80	8,2	13	16,4	216
<b>Итого</b>				<b>238,06</b>	<b>70,9</b>	<b>110,9</b>	<b>216,2</b>	<b>2152</b>