

Утверждаю

директор

МБОУ школа-интернат №3

/Ватлин А.В./

МЕНЮ

4 апреля 2024 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	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,38	0,00	0,00	23,20	93,00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	145/5	9,96	5,60	4,70	36,00	208,00
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	45,90	14,30	28,70	12,10	364,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,23	0,50	2,90	2,10	36,00
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	79	14,46	1,40	8,20	7,80	111,00
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	220	38,92	7,10	15,40	13,50	222,00
2008		ХЛЕБ	67	5,27	5,10	0,40	33,50	158,00
Итого				124,13	34,00	60,30	128,20	1 192,00
5-11 классы								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,38	0,00	0,00	23,20	93,00
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	45,90	14,30	28,70	12,10	364,00
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	250	44,18	8,10	17,60	15,40	252,00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	174/6	11,95	6,80	5,60	43,10	250,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,06	0,90	4,90	3,60	60,00
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	99	18,09	1,80	10,20	9,70	139,00
2008		ХЛЕБ	67	5,27	5,10	0,40	33,50	158,00
Итого				135,83	37,00	67,40	140,60	1 316,00
овз 5-11								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,38	0,00	0,00	23,20	93,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,85	0,20	0,00	16,20	66,00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	174/6	11,94	6,80	5,60	43,10	250,00
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	38,00	11,70	25,20	12,20	323,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	46,34	16,00	25,60	7,50	325,00
к/к	к/к	ГРУША	349	122,22	1,40	1,00	34,90	159,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,06	0,90	4,90	3,60	60,00
2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	99	18,13	1,80	10,20	9,70	139,00
2008		ХЛЕБ	67	5,26	5,10	0,40	33,40	158,00
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	250	44,53	8,10	17,80	15,40	254,00
Итого				298,71	52,00	90,70	199,20	1 827,00
овз 1-4								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,38	0,00	0,00	23,20	93,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,86	0,20	0,00	16,20	66,00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	145/5	9,96	5,70	4,70	36,00	209,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	35,59	12,30	19,70	5,70	249,00
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	45,91	14,30	28,70	12,20	364,00
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	164	38,77	0,70	0,70	16,10	77,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,25	0,50	2,90	2,10	36,00

2008	30	ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	79	14,46	1,40	8,20	7,80	111,00
2011	87	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	220	39,12	7,10	15,50	13,50	222,00
2008		ХЛЕБ	67	5,26	5,10	0,40	33,40	158,00
Итого				200,56	47,30	80,80	166,20	1 585,00