



Утверждаю

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

## МЕНЮ

11 апреля 2024 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	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,24	0,50	2,90	2,20	37,00
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	95	25,44	1,10	4,90	4,30	67,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	12,08	3,70	6,30	32,70	202,00
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250	21,72	6,50	10,70	8,50	157,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,38	0,00	0,00	23,20	93,00
2008	272	КОТЛета МЯСНАЯ	98	50,52	16,20	26,60	15,80	367,00
2008		ХЛЕБ	55	4,36	4,20	0,30	27,70	131,00
<b>Итого</b>				<b>123,74</b>	<b>32,20</b>	<b>51,70</b>	<b>114,40</b>	<b>1 054,00</b>
<b>5-11 классы</b>								
2008	272	КОТЛета МЯСНАЯ	98	50,52	16,20	26,60	15,80	367,00
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	280	26,86	7,50	13,20	9,70	189,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,07	0,90	4,90	3,60	61,00
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	119	31,83	1,30	6,00	5,30	83,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	14,51	4,40	7,60	39,40	244,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,38	0,00	0,00	23,20	93,00
2008		ХЛЕБ	55	4,36	4,20	0,30	27,70	131,00
<b>Итого</b>				<b>138,54</b>	<b>34,50</b>	<b>58,60</b>	<b>124,70</b>	<b>1 168,00</b>
<b>овз 5-11</b>								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,84	0,20	0,00	16,10	65,00
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	280	26,80	7,50	13,20	9,70	189,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	161	76,35	19,80	31,50	9,20	400,00
2008	272	КОТЛета МЯСНАЯ	98	50,52	16,20	26,60	15,80	367,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,08	0,90	4,90	3,60	61,00
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	119	31,84	1,30	6,00	5,30	83,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	14,44	4,40	7,60	39,40	244,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,38	0,00	0,00	23,20	93,00
2008		ХЛЕБ	55	4,37	4,20	0,30	27,80	131,00
<b>Итого</b>				<b>216,61</b>	<b>54,50</b>	<b>90,10</b>	<b>150,10</b>	<b>1 633,00</b>
<b>овз 1-4</b>								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,84	0,20	0,00	16,10	65,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	131	62,12	16,10	25,70	7,50	326,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,24	0,50	2,90	2,20	37,00
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	95	25,47	1,10	4,90	4,30	67,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	12,08	3,70	6,30	32,70	202,00
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250	21,61	6,50	10,60	8,50	156,00

2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,38	0,00	0,00	23,20	93,00
2008		ХЛЕБ	55	4,37	4,20	0,30	27,80	131,00
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	98	50,52	16,20	26,60	15,80	367,00
<b>Итого</b>				<b>187,63</b>	<b>48,50</b>	<b>77,30</b>	<b>138,10</b>	<b>1 444,00</b>