

Утверждаю

директор

МБОУ школа-интернат №3

/Ватлин А.В./

МЕНЮ

25 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	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	99	63,16	22,10	24,70	22,60	402,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,28	0,60	3,00	2,20	37,00
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	104	28,24	1,10	5,60	4,60	76,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	161	6,14	4,00	6,70	35,00	216,00
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	220	21,01	5,80	10,90	7,60	152,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,26	0,00	0,00	23,20	93,00
2008		ХЛЕБ	55	4,36	4,20	0,30	27,70	131,00
Итого				129,46	37,80	51,20	122,90	1 107,00
5-11 классы								
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	99	58,20	20,40	31,90	22,60	460,00
2008		ХЛЕБ	55	4,37	4,20	0,30	27,70	131,00
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250	28,36	6,90	14,60	9,00	196,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,15	0,90	5,00	3,60	62,00
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	130	35,33	1,40	7,00	5,70	95,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	193	7,36	4,80	8,10	42,10	261,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,26	0,00	0,00	23,20	93,00
Итого				141,04	38,60	66,90	133,90	1 298,00
овз 5-11								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250	28,27	6,90	14,50	9,00	196,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,15	0,90	5,00	3,60	62,00
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	130	35,38	1,40	7,00	5,70	95,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	193	7,38	4,80	8,10	42,10	261,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,26	0,00	0,00	23,20	93,00
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	99	58,20	20,40	31,90	22,60	460,00
2008		ХЛЕБ	56	4,39	4,20	0,30	27,90	131,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,84	0,20	0,00	16,10	65,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	192	90,46	23,20	31,80	9,40	417,00
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	264	62,40	1,10	1,10	25,90	124,00
Итого				295,72	63,10	99,70	185,50	1 904,00
овз 1-4								
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,28	0,60	3,00	2,20	37,00
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	104	28,29	1,10	5,60	4,60	76,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	161	6,15	4,00	6,70	35,00	216,00
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	220	21,23	5,90	11,10	7,60	155,00

2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,26	0,00	0,00	23,20	93,00
2008		ХЛЕБ	55	4,36	4,20	0,30	27,70	131,00
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	99	58,19	20,40	31,90	22,60	460,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,86	0,20	0,00	16,20	66,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	147	81,46	20,80	28,80	8,50	377,00
Итого				208,08	57,20	87,40	147,60	1 611,00