

Согласовано

и.о. директора
МБОУ "СОШ №3 города Волгореченска"

/И.В.Тарасова/

МЕНЮ

22 января 2024 г.

7-11лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2015	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	60	41,94	9,8	13,4	8,9	194
2015	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	105	6,71	3,9	4	24,1	147
2015	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	14,73	3,3	3,3	24,1	140
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	160	45,76	0,6	0,5	16,5	75
Итого				111,68	19,9	21,4	88,7	627
Обед								
2015	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	60	17,40	0,5	0,1	1	8
2015	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	220	6,73	2,6	2,6	18,3	108
2015	265	ПЛОВ	150	43,03	12,3	23	26,7	362
2021	РЦ 10,86,590- 003- 17840891- 2016	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	10,08			19,4	76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	2,6	0,4	17	82
Итого				88,38	20,3	26,3	97,5	707
Всего				200,06	40,2	47,7	186,2	1334

заведующий столовой  А.Ю. Блинова

Согласовано

и.о. директора
МБОУ "СОШ №3 города Волгореченска"
/И.В.Тарасова/

МЕНЮ

22 января 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2015	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	54,49	13,1	22,3	13,3	306
2015	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	145	7,53	5,1	4,1	32,4	187
2015	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	14,73	3,3	3,3	24,1	140
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	160	45,76	0,6	0,5	16,5	75
Итого				125,05	24,4	30,4	101,4	779
Обед								
2015	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	28,99	0,8	0,1	1,7	13
2015	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	7,62	2,9	2,9	20,7	122
2015	265	ПЛОВ	150	49,03	12,3	23	26,7	362
2021	РЦ 10,86,590- 003- 17840891- 2016	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	10,08			19,4	76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,20	5,3	0,7	33,9	163
Итого				103,46	23,6	26,9	117,5	807
Всего				228,51	48	57,3	218,9	1586

заведующий столовой

А.Ю. Блинова