

Согласовано

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



МЕНЮ

6 февраля 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	172	ХЛОПЬЯ КУКУРУЗНЫЕ С МОЛОКОМ	310	35,50	10	7,6	36,3	262
2015	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	220	28,30	6,2	5,5	9,9	172
2015	421	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,90	4,2	2,4	28,8	153
2015	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	17,14	4,9	4,5	0,3	61
Итого				85,84	25,3	20	75,3	648
Обед								
2015	19	САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	60	14,11	0,7	3,6	1,6	43
2015	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	8,36	1,5	4,9	10,9	97
2015	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	31,00	14,3	9,7	8,1	177
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	12,21	3,3	4,6	22,1	150
2003	349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	5,53	1,4	0,1	21,5	90
		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				76,35	26,1	23,5	96,3	710
Всего				162,19	51,4	43,5	171,6	1358

заведующий столовой

А.Ю. Блинова

Согласовано

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



МЕНЮ

6 февраля 2024 г.

12-18 лет

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	172	ХЛОПЬЯ КУКУРУЗНЫЕ С МОЛОКОМ	310	35,50	10	7,6	36,3	262
2015	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	220	28,30	6,2	5,5	9,9	172
2015	421	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	6,86	5,7	3,4	40,3	214
2015	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	17,14	4,9	4,5	0,3	61
Итого				87,82	26,8	21	86,8	709
Обед								
2015	19	САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	100	23,51	1,1	6,2	2,6	72
2015	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	10,04	1,8	5,9	13,3	117
2015	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	32,13	16	9,9	9,2	188
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	14,64	4	5,6	26,4	180
2003	349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	5,53	1,4	0,1	21,5	90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,07	4,6	0,4	30,1	142
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	2,6	0,4	17	82
Итого				93,52	31,5	28,5	120,1	871
Всего				181,34	58,3	49,5	206,9	1580

заведующий столовой _____

А.Ю. Блинова