

Согласовано

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



МЕНЮ

16 февраля 2024 г.

7-11лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2015	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150	51,90	22,2	14,8	37,4	377
2015	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,73	1,7	1,3	17,3	87
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	130	16,73	0,5	0,5	12,3	66
Итого				77,90	26,7	16,8	82,1	601
Обед								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ТОМАТ)	60	19,52	0,7	0,1	2,3	14
2015	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	9,74	2	4,9	14,2	115
2015	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	44,14	14,8	15,5	14,3	255
2015	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	12,22	4	6	15,4	133
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	12,25			22,8	92
		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				103,01	26,4	27,1	101,1	762
Всего				180,91	53,1	43,9	183,2	1363

заведующий столовой _____ А.Ю. Блинова

Согласовано

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



МЕНЮ

16 февраля 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	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	200	68,40	28,4	18,9	53	503
2015	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,73	1,7	1,3	17,3	87
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	130	16,73	0,5	0,5	12,3	66
Итого				94,40	32,9	20,9	97,7	727
Обед								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ТОМАТ)	90	29,26	1	0,2	3,4	22
2015	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	11,82	2,4	6,1	17,5	141
2015	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	49,32	16,6	16,9	15,9	281
2015	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	14,69	4,9	7,2	18,3	160
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	12,25			22,8	92
		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				125,01	32,1	31,2	125	920
Всего				219,41	65	52,1	222,7	1647

заведующий столовой



А.Ю. Блинова