

Согласовано

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



# МЕНЮ

27 февраля 2024 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2015	172	ХЛОПЬЯ КУКУРУЗНЫЕ С МОЛОКОМ	310	31,30	8,7	6,4	33,9	236
2015	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	204	26,23	5,7	5,1	9,2	159
2015	421	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,90	4,2	2,4	28,8	153
2015	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	17,12	4,9	4,5	0,3	61
<b>Итого</b>				<b>79,55</b>	<b>23,5</b>	<b>18,4</b>	<b>72,2</b>	<b>609</b>
<b>Обед</b>								
2015	19	САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	60	15,71	0,7	3,6	1,6	43
2015	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	8,34	1,5	4,9	10,9	97
2015	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	29,04	14,3	9,7	8,1	177
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	11,61	3,1	4,6	20	140
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
<b>Итого</b>				<b>75,37</b>	<b>25,9</b>	<b>23,5</b>	<b>94,2</b>	<b>700</b>
<b>Всего</b>				<b>154,92</b>	<b>49,4</b>	<b>41,9</b>	<b>166,4</b>	<b>1309</b>

заведующий столовой

А.Ю. Блинова

Согласовано

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



## МЕНЮ

27 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	
<b>Завтрак</b>								
2015	172	ХЛОПЬЯ КУКУРУЗНЫЕ С МОЛОКОМ	310	31,30	8,7	6,4	33,9	236
2015	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	204	26,23	5,7	5,1	9,2	159
2015	421	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	6,86	5,7	3,4	40,3	214
2015	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	17,12	4,9	4,5	0,3	61
<b>Итого</b>				<b>81,51</b>	<b>25</b>	<b>19,4</b>	<b>83,7</b>	<b>670</b>
<b>Обед</b>								
2015	19	САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	100	26,15	1,1	6,2	2,6	72
2015	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	10,02	1,8	5,9	13,3	117
2015	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	30,16	16	9,9	9,2	188
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	13,47	3,4	5,5	22,4	159
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
<b>Итого</b>				<b>93,00</b>	<b>30,9</b>	<b>28,4</b>	<b>116,1</b>	<b>850</b>
<b>Всего</b>				<b>174,51</b>	<b>55,9</b>	<b>47,8</b>	<b>199,8</b>	<b>1520</b>

заведующий столовой

А.Ю. Блинова