

Согласовано

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

## МЕНЮ

4 марта 2024 г.

7-11лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2015	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	60	41,93	9,8	13,4	8,9	194
2015	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	105	6,72	3,9	4	24,1	147
2015	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	17,98	3,3	3,3	24,1	145
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	110	25,74	0,9	0,2	8,1	85
<b>Итого</b>				<b>94,91</b>	<b>20,2</b>	<b>21,1</b>	<b>80,3</b>	<b>642</b>
<b>Обед</b>								
2015	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	60	17,40	0,5	0,1	1	8
2011	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	5,94	2	2,4	16,1	100
2015	260	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	60,84	14,6	17,1	3,5	226
2015	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ	150	3,29	5,2	4,9	23,6	159
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
<b>Итого</b>				<b>107,69</b>	<b>27,2</b>	<b>25,1</b>	<b>95,7</b>	<b>722</b>
<b>Всего</b>				<b>202,60</b>	<b>47,4</b>	<b>46,2</b>	<b>176</b>	<b>1364</b>

заведующий столовой

А.Ю. Блинова

Согласовано

МБОУ "СОШ №3 города Волгореченска" и.о. директора  
И.В.Тарасова/**МЕНЮ**  
4 марта 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	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	62,45	14,5	19,8	13,3	288
2015	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	145	7,55	5,1	4,1	32,4	187
2015	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	17,98	3,3	3,3	24,1	145
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	110	25,74	0,9	0,2	8,1	85
				<b>116,26</b>	<b>26,1</b>	<b>27,6</b>	<b>93</b>	<b>776</b>
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
2015	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	28,99	0,8	0,1	1,7	13
2011	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	7,35	2,5	3	19,8	124
2015	260	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	60,84	14,6	17,1	3,5	226
2015	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ	180	10,12	6,5	5,9	29,3	196
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
				<b>125,12</b>	<b>32</b>	<b>27</b>	<b>122,7</b>	<b>869</b>
<b>Итого</b>				<b>241,38</b>	<b>58,1</b>	<b>54,6</b>	<b>215,7</b>	<b>1645</b>
<b>Всего</b>								

заведующий столовой

А.Ю. Блинова