

Согласовано

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

МЕНЮ

26 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	
Завтрак								
2015	172	ХЛОПЬЯ КУКУРУЗНЫЕ С МОЛОКОМ	310	35,50	10	7,6	36,3	262
2015	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	206	26,53	5,8	5,2	9,3	161
2015	421	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	5,07	4,2	2,4	28,8	153
2015	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	17,14	4,9	4,5	0,3	61
Итого				84,24	24,9	19,7	74,7	637
Обед								
2015	19	САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	60	14,39	0,7	3,6	1,6	43
2015	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	8,43	1,5	4,9	10,9	97
2015	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	31,30	14,3	9,7	8,1	177
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	12,98	3,3	4,6	22,1	150
2003	349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	5,59	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				77,83	26,1	23,5	96,3	710
Всего				162,07	51	43,2	171	1347

заведующий столовой


 А.Ю. Блинова

Согласовано

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

МЕНЮ

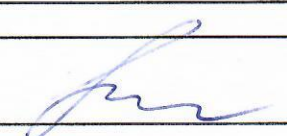
26 марта 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2015	172	ХЛОПЬЯ КУКУРУЗНЫЕ С МОЛОКОМ	310	35,50	10	7,6	36,3	262
2015	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	206	26,53	5,8	5,2	9,3	161
2015	421	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	7,08	5,7	3,4	40,3	214
2015	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	17,14	4,9	4,5	0,3	61
Итого				86,25	26,4	20,7	86,2	698
Обед								
2015	19	САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	100	23,95	1,1	6,2	2,6	72
2015	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	10,11	1,8	5,9	13,3	117
2015	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	32,42	16	9,9	9,2	188
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	15,57	4	5,6	26,4	180
2003	349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	5,59	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				95,31	31,5	28,5	120,1	871
Всего				181,56	57,9	49,2	206,3	1569

заведующий столовой



А.Ю. Блинова