

Согласовано

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



МЕНЮ
5 апреля 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	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150	35,14	22,3	12,9	37,2	357
2015	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,78	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	118	17,56	0,5	0,5	11,2	59
Итого				62,02	26,8	14,9	80,8	574
Обед								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ТОМАТ)	60	18,68	0,7	0,1	2,3	14
2015	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	8,65	1,9	4,2	14	106
2015	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	44,14	14,8	15,5	14,3	255
2015	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	11,26	3,8	6	15	130
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-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				103,12	26,1	26,4	100,5	750
Всего				162,14	52,9	41,3	181,3	1324

заведующий столовой


 А.Ю. Блинова

Согласовано



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

МЕНЮ

5 апреля 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	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	160	37,56	23,7	13,6	39,7	381
2015	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,78	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	118	17,56	0,5	0,5	11,2	59
Итого				64,44	28,2	15,6	83,3	598
Обед								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ТОМАТ)	100	31,11	1,1	0,2	3,8	24
2015	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	10,77	2,3	5,4	17,3	131
2015	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	46,28	16,6	16,9	15,9	281
2015	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	13,41	4,7	7,2	17,9	157
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-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				121,49	31,9	30,5	124,8	909
Всего				185,93	60,1	46,1	208,1	1507

заведующий столовой _____

А.Ю. Блинова