



Согласовано

МБОУ "СОШ №3 города Волгореченска"

и.о. директора

/И.В.Тарасова/

# МЕНЮ

15 апреля 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	45,15	11,3	25,4	13,3	327
2015	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	145	7,99	5,1	4,1	32,4	187
2015	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	18,40	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	170	39,78	1,4	0,3	12,4	132
<b>Итого</b>				<b>113,86</b>	<b>23,4</b>	<b>33,3</b>	<b>97,3</b>	<b>862</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	7,29	2,5	3	19,8	124
2015	260	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	69,96	14,6	17,1	3,5	226
2015	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ	180	9,86	6,5	5,9	29,2	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>Итого</b>				<b>133,92</b>	<b>32</b>	<b>27</b>	<b>122,6</b>	<b>869</b>
<b>Всего</b>				<b>247,78</b>	<b>55,4</b>	<b>60,3</b>	<b>219,9</b>	<b>1731</b>

заведующий столовой

А.Ю. Блинова