

Согласовано



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

МЕНЮ

17 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								
			140	57,12	13,8	20,2	2,6	248
2015	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	2,58	0,2		15	61
2003	432	ЧАЙ С САХАРОМ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	280	69,16	1,1	0,8	27,9	128
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ						
				131,40	17,4	21,2	60,6	508
Итого								
Обед								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ)	60	13,58	0,5	0,1	1,5	10
2015	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	6,27	1,6	4,2	9,3	84
2015	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	29,23	14,3	9,7	8,1	177
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	12,98	3,3	4,6	22,1	150
2011	342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	10,07	0,4	0,2	27,1	114
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	2,6	0,4	17	82
				77,27	25	19,4	100,2	688
Итого								
Всего				208,67	42,4	40,6	160,8	1196

заведующий столовой _____

А.Ю. Блинова

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



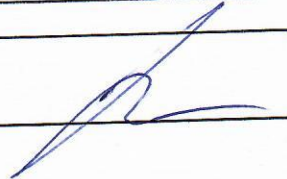
МЕНЮ

17 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	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	61,21	14,9	21,6	2,8	266
2003	432	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,58	0,2		15	61
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	16,35	6,2	7,7	15,2	156
Итого				82,68	23,6	29,5	48,1	554
Обед								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ)	100	22,62	0,8	0,1	2,5	16
2015	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	7,76	1,9	5,2	11,4	104
2015	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	30,35	16	9,9	9,2	188
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	15,57	4	5,6	26,4	180
2011	342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	10,07	0,4	0,2	27,1	114
		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
Итого				94,11	30,7	21,9	125,6	836
Всего				176,79	54,3	51,4	173,7	1390

заведующий столовой _____



А.Ю. Блинова