

Согласовано

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

МЕНЮ


13 мая 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	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	60	30,41	7,5	17,2	8,9	220
2015	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	95	6,65	3,1	3,9	19,5	125
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	140	22,06	1,1	0,3	10,2	109
Итого				80,06	17,3	24,9	77,8	670
Обед								
2015	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	60	21,60	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	70,18	14,6	17,1	3,5	226
2015	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ	150	8,90	6,5	5,1	29	188
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
Итого				121,84	28,5	25,3	101,1	751
Всего				201,90	45,8	50,2	178,9	1421

заведующий столовой


 А.Ю. Блинова

Согласовано

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

МЕНЮ

13 мая 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2015	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	45,16	11,3	25,4	13,3	327
2015	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ	100	9,31	2,2	3,8	22,1	134
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	140	22,06	1,1	0,3	10,2	109
Итого				97,47	20,2	33	84,8	786
Обед								
2015	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	35,98	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	70,18	14,6	17,1	3,5	226
2015	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ	180	9,76	7,8	5,5	34,7	219
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
Итого				141,09	33,3	26,6	128,1	892
Всего				238,56	53,5	59,6	212,9	1678

заведующий столовой

А.Ю. Блинова