

Согласовано

И.о. директора
МБОУ "СОШ №3 города Волгореченска"
А.В.Гараев/**МЕНЮ**
11 сентября 2023 г.

7-11лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2015	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	60	30,72	7,5	17,2	8,9	220
2015	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	105	6,65	3,9	4	24,1	147
2015	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	22,68	3,3	3,3	24,1	140
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	130	16,56	0,5	0,5	12,7	61
Итого				79,73	17,5	25,2	84,9	639
Обед								
2015	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	60	18,00	0,5	0,1	1	8
2011	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	6,33	2	2,4	16,1	94
2015	260	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	69,26	14,6	17,1	3,5	226
2015	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ	150	12,05	3,7	4	37,5	201
2021	РЦ 10,86	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	10,08			19,4	76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	2,6	0,4	17	82
Итого				121,88	25,7	24,2	109,6	758
Всего				201,61	43,2	49,4	194,5	1397

заведующий столовой

А.Ю. Блинова

