



МЕНЮ

19 сентября 2023 г.

7-11лет

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	172	ХЛОПЬЯ КУКУРУЗНЫЕ С МОЛОКОМ	310	39,16	10	7,6	36,3	255
2015	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	200	25,73	5,6	5	9	113
2015	421	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,79	4,2	2,4	28,8	153
2015	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	10,98	4,9	4,5	0,3	61
Итого				80,66	24,7	19,5	74,4	582
Обед								
2015	19	САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	60	8,64	0,7	3,6	1,6	43
2015	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	7,97	1,5	4,9	10,9	96
2015	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	33,98	14,3	9,7	8,2	177
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	13,90	3,3	4,6	22,1	143
2003	349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	5,71	0,2		9,7	39
		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				76,36	24,9	23,4	84,6	651
Всего				157,02	49,6	42,9	159	1233

заведующий столовой

А.Ю. Блинова

Согласовано

и.о. директора
МБОУ "СОШ №3 города Волгореченска"
(А.В.Гараев/



МЕНЮ

19 сентября 2023 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	172	ХЛОПЬЯ КУКУРУЗНЫЕ С МОЛОКОМ	310	39,16	10	7,6	36,3	255
2015	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	200	25,73	5,6	5	9	113
2015	421	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	6,71	5,7	3,4	40,3	214
2015	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	10,98	4,9	4,5	0,3	61
Итого				82,58	26,2	20,5	85,9	643
Обед								
2015	19	САЛАТ ЗЕЛЕНЬ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	100	14,39	1,1	6,2	2,6	71
2015	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	9,58	1,8	5,9	13,3	116
2015	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	37,17	16,1	9,9	9,3	189
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	16,67	4	5,6	26,4	171
2003	349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	5,71	0,2		9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,24	4,6	0,4	30,1	142
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	2,6	0,4	17	82
Итого				92,80	30,4	28,4	108,4	810
Всего				175,38	56,6	48,9	194,3	1453

заведующий столовой

А.Ю. Блинова