

Согласовано



и.о. директора

МБОУ "СОШ №3 города Волгоград"

/А.В.Гараев/


МЕНЮ

29 сентября 2023 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	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150	49,64	22,5	15,1	37,5	380
2015	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	7,27	1,7	1,3	17,3	87
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
Итого				60,03	26,5	16,6	69,9	538
Обед								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ТОМАТ)	60	6,79	0,7	0,1	2,3	14
2015	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	10,40	2	5	14,2	112
2015	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	51,11	14,9	21,8	14,4	313
2015	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	11,75	4	6	15,4	133
2011	342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	8,53	0,4	0,2	27,1	112
		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				94,74	26,9	33,7	105,5	837
Всего				154,77	53,4	50,3	175,4	1375

заведующий столовой


 А.Ю. Блинова

Согласовано

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

МЕНЮ

29 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	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	200	65,39	28,8	19,1	53	507
2015	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	7,27	1,7	1,3	17,3	87
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
Итого				75,78	32,8	20,6	85,4	665
Обед								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ТОМАТ)	100	11,31	1,1	0,2	3,8	24
2015	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	12,64	2,4	6,2	17,5	137
2015	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	56,74	16,7	24	16	345
2015	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	14,11	4,9	7,2	18,3	160
2011	342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	8,53	0,4	0,2	27,1	112
		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				112,61	32,7	38,6	129,8	1002
Всего				188,39	65,5	59,2	215,2	1667

заведующий столовой

А.Ю. Блинова