

Согласовано

и.о. директора
МБОУ "СОШ №3 города Волгореченска"

А.В.Гараев/

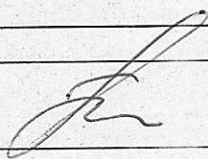
МЕНЮ
16 октября 2023 г.

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	29,85	7,4	17	8,9	218
2015	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	105	6,65	3,9	4	24,1	147
2015	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	23,39	3,3	3,3	24	140
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	110	12,16	0,4	0,4	10,8	52
Итого				75,17	17,3	24,9	82,9	628
Обед								
2015	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	60	17,44	0,5	0,1	1	8
2015	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	220	7,01	2,6	2,6	18,3	108
2015	265	ПЛОВ	150	47,03	12,1	22,7	26,7	359
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				87,72	20,1	26	97,5	704
Всего				162,89	37,4	50,9	180,4	1332

заведующий столовой


 А.Ю. Блинова

Согласовано

и.о. директора
МБОУ "СОШ №3 города Волгореченска"

/А.В.Гараев/


МЕНЮ
16 октября 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	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	44,34	11,1	25,1	13,3	324
2015	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	145	7,45	5,1	4,1	32,4	187
2015	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	23,39	3,3	3,3	24	140
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	110	12,16	0,4	0,4	10,8	52
Итого				90,46	22,2	33,1	95,6	774
Обед								
2015	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	29,06	0,8	0,1	1,7	13
2015	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	7,94	2,9	2,9	20,7	122
2015	265	ПЛОВ	160	50,16	12,9	24,2	28,4	383
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	80	6,08	5,3	0,7	33,9	163
Итого				106,44	24,2	28,1	119,2	828
Всего				196,90	46,4	61,2	214,8	1602

заведующий столовой


 А.Ю. Блинова