

Согласовано

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



# МЕНЮ

26 октября 2023 г.

7-11лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2015	262	СЕРДЦЕ В СОУСЕ	95	28,53	13,3	10,2	4,3	168
2015	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ	100	7,74	4,2	4,6	18,6	132
2015	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	22,75	3,8	3,2	15,3	105
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
2015	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	160	42,00	4,5	4	7,2	90
<b>Итого</b>				<b>104,14</b>	<b>28,1</b>	<b>22,2</b>	<b>60,5</b>	<b>566</b>
<b>Обед</b>								
2015	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	9,31	0,5	4,2	2,1	48
2015	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	220	9,16	1,6	5,3	11,8	104
2015	284	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	150	41,71	15,5	13,5	20,7	282
2003	349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	5,39	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
<b>Итого</b>				<b>71,73</b>	<b>22,7</b>	<b>23,6</b>	<b>76,4</b>	<b>626</b>
<b>Всего</b>				<b>175,87</b>	<b>50,8</b>	<b>45,8</b>	<b>136,9</b>	<b>1192</b>

заведующий столовой \_\_\_\_\_

А.Ю. Блинова

