



МЕНЮ

14 ноября 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	220	28,30	6,2	5,5	9,9	124
2015	421	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,76	4,2	2,4	28,8	153
2015	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	10,98	4,9	4,5	0,3	61
Итого				83,20	25,3	20	75,3	593
Обед								
2015	19	САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	60	11,82	0,7	3,6	1,6	43
2015	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	8,40	1,5	4,9	10,9	96
2015	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	20,41	9,9	7,8	6,4	135
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	14,42	3,3	4,6	22,1	143
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
Итого				66,60	20,5	21,5	82,8	609
Всего				149,80	45,8	41,5	158,1	1202

заведующий столовой

_____ А.Ю. Блинова

Согласовано

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

/А.В.Гараев/

МЕНЮ
14 ноября 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	220	28,30	6,2	5,5	9,9	124
2015	421	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	6,68	5,7	3,4	40,3	214
2015	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	10,98	4,9	4,5	0,3	61
Итого				85,12	26,8	21	86,8	654
Обед								
2015	19	САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	100	19,85	1,1	6,2	2,6	71
2015	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	10,11	1,8	5,9	13,3	116
2015	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	20,41	9,9	7,8	6,4	135
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	17,30	4	5,6	26,4	171
2003	349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	5,39	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				82,34	24,2	26,3	105,5	756
Всего				167,46	51	47,3	192,3	1410

заведующий столовой

А.Ю. Блинова