

Согласовано

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

МЕНЮ

20 ноября 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	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	60	42,83	9,7	13,4	8,7	194
2015	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	105	6,65	3,9	4	24,1	147
2015	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	15,09	3,3	3,3	24,1	140
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
Итого				67,69	19,2	20,9	72	552
Обед								
2011	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	6,80	2	2,4	16,1	94
2015	260	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	67,61	14,6	17,1	3,5	226
2015	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ	150	9,59	6,5	5,1	29	188
2021	РЦ 10,86,590- 003- 17840891- 2016	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				100,24	28	25,2	100,1	737
Всего				167,93	47,2	46,1	172,1	1289

заведующий столовой


 А.Ю. Блинова

Согласовано

МБОУ "СОШ №3 города Волгореченска"

и.о. директора

/А.В.Гараев/

МЕНЮ

20 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	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	63,80	14,5	19,8	13,3	288
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	15,09	3,3	3,3	24,1	140
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
Итого				89,46	25,2	27,4	84,9	686
Обед								
2011	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	8,43	2,5	3	19,8	117
2015	260	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	67,61	14,6	17,1	3,5	226
2015	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ	180	11,49	7,8	6,3	34,7	226
2021	РЦ 10,86,590- 003- 17840891- 2016	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				106,81	32,5	27,3	126,4	879
Всего				196,27	57,7	54,7	211,3	1565

заведующий столовой

А.Ю. Блинова