

Согласовано

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

**МЕНЮ**  
27 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	
<b>Завтрак</b>								
2015	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	60	29,58	7,5	17,2	8,9	220
2015	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	105	6,64	3,9	4	24,1	147
2015	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	15,05	3,3	3,3	24,1	140
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	130	15,21	0,5	0,5	12,3	59
<b>Итого</b>				<b>69,60</b>	<b>17,5</b>	<b>25,2</b>	<b>84,5</b>	<b>637</b>
<b>Обед</b>								
2015	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	60	17,40	0,5	0,1	1	8
2015	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	220	5,63	2,5	2,6	17,6	104
2015	265	ПЛОВ	145	47,82	12,2	23	26,3	360
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
<b>Итого</b>				<b>87,09</b>	<b>20,1</b>	<b>26,3</b>	<b>96,4</b>	<b>701</b>
<b>Всего</b>				<b>156,69</b>	<b>37,6</b>	<b>51,5</b>	<b>180,9</b>	<b>1338</b>

заведующий столовой

А.Ю. Блинова

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



**МЕНЮ**  
27 ноября 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2015	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	43,95	11,3	25,4	13,3	327
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	15,05	3,3	3,3	24,1	140
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	130	15,21	0,5	0,5	12,3	59
<b>Итого</b>				<b>84,78</b>	<b>22,5</b>	<b>33,5</b>	<b>97,2</b>	<b>784</b>
<b>Обед</b>								
2015	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	28,99	0,8	0,1	1,7	13
2015	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	6,36	2,8	2,9	19,9	118
2015	265	ПЛОВ	195	63,78	16,2	30,7	34,8	480
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
<b>Итого</b>				<b>118,41</b>	<b>27,4</b>	<b>34,6</b>	<b>124,8</b>	<b>921</b>
<b>Всего</b>				<b>203,19</b>	<b>49,9</b>	<b>68,1</b>	<b>222</b>	<b>1705</b>

заведующий столовой \_\_\_\_\_

А.Ю. Блинова