

Согласовано

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



МЕНЮ

1 декабря 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	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	42,43	13,3	14,1	12,8	230
2015	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ	70	7,98	1,7	3,7	16,9	108
2015	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,97	1,7	1,3	17,3	87
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
Итого				60,50	19	19,3	62,1	496
Обед								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ)	60	11,87	0,5	0,1	1,5	8
2015	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	5,49	1,5	4,1	7,7	75
2015	262	СЕРДЦЕ В СОУСЕ	75	19,17	7,7	8,4	4,5	127
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	14,15	3,3	4,6	22,1	143
2011	342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	8,50	0,4	0,2	27,1	112
		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				65,34	18,3	18	95	618
Всего				125,84	37,3	37,3	157,1	1114

заведующий столовой

А.Ю. Блинова

Согласовано

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

МЕНЮ
1 декабря 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	
Завтрак								
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	70,59	25,5	27,2	0,3	347
2015	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ	100	11,44	2,3	5,3	24,1	154
2015	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,97	1,7	1,3	17,3	87
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
Итого				92,12	31,8	34	56,8	659
Обед								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ)	100	19,80	0,8	0,1	2,5	14
2015	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	6,79	1,8	5,2	9,5	93
2015	262	СЕРДЦЕ В СОУСЕ	75	19,17	7,7	8,4	4,5	127
2015	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	16,98	4	5,6	26,4	171
2011	342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	8,50	0,4	0,2	27,1	112
		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				80,52	21,9	20,3	117,1	741
Всего				172,64	53,7	54,3	173,9	1400

заведующий столовой


А.Ю. Блинова