

Согласовано

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



МЕНЮ

8 декабря 2023 г.

7-11лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2015	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150	47,26	22,5	15,1	37,5	380
2015	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,80	1,7	1,3	17,3	87
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	130	15,51	0,5	0,5	12,3	59
Итого				72,11	27	17,1	82,2	597
Обед								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ТОМАТ)	60	17,82	0,7	0,1	2,3	14
2015	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	10,60	2	5	14,2	112
2015	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	55,17	14,9	21,8	14,4	313
2015	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	12,14	4	6	15,4	133
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	12,25			22,8	92
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	2,6	0,4	17	82
Итого				113,12	26,5	33,5	101,2	817
Всего				185,23	53,5	50,6	183,4	1414

заведующий столовой _____

А.Ю. Блинова

Согласовано

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

МЕНЮ

8 декабря 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	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	200	61,67	28,8	19,1	53	507
2015	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,80	1,7	1,3	17,3	87
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	130	15,51	0,5	0,5	12,3	59
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	16,07	6,2	7,7	15,2	156
Итого				100,05	37,2	28,6	97,8	809
Обед								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ТОМАТ)	100	29,69	1,1	0,2	3,8	24
2015	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	12,88	2,4	6,2	17,5	137
2015	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	61,25	16,7	24	16	345
2015	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	14,59	4,9	7,2	18,3	160
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	12,25			22,8	92
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,07	4,6	0,4	30,1	142
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	2,6	0,4	17	82
Итого				138,33	32,3	38,4	125,5	982
Всего				238,38	69,5	67	223,3	1791

заведующий столовой



А.Ю. Блинова