

Согласовано

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

/А.В.Гараев/

МЕНЮ
20 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	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	58,45	19,7	29,2	3,7	355
2003	432	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,60	0,2		15	61
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	16,07	6,2	7,7	15,2	156
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	110	23,17	0,9	0,2	8,1	41
Итого				100,29	27	37,1	42	613
Всего				100,29	27	37,1	42	613

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2015	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	205	59,93	20,2	29,8	3,8	363
2003	432	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,60	0,2		15	61
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	16,07	6,2	7,7	15,2	156
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	110	23,17	0,9	0,2	8,1	41
Итого				101,77	27,5	37,7	42,1	621
Всего				101,77	27,5	37,7	42,1	621

заведующий столовой

А.Ю. Блинова