

Утверждаю

директор
МОБУ СОШ №3 с. Красноусольский
Рудкевич А.С./

МЕНЮ 22 апреля 2021 г.

Льготная категория

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2018	145	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	15	13,4	19,3	260
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200			21,8	88
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ЙОГУРТ ДЕТСКИЙ С ЧЕТЫРЬМЯ ВИТАМИНАМИ 3.2% СТ	100	3,2	3,2	9,2	80
Итого				21,5	17,2	66,8	542
Обед							
2008	379	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,5	4,9	4,5	70
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	4	6,9	7,5	115
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60		3,5		31
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2	6,2	14,2	122
2011	375	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ С ЯБЛОКАМИ	180	0,3	0,1	14,1	60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				12,7	22,5	86,3	643
Всего				34,2	39,7	153,1	1185

Утверждаю

директор
МОБУ СОШ №3 с. Красноусольский
Рудкевич А.С./

МЕНЮ 22 апреля 2021 г.

Родительский взнос, сотрудники

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Обед							
2008	379	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	30	0,3	2,9	2,7	42
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,9	6,5	7,1	110
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60		3,5		31
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	2,4	7,5	16,8	146
2011	375	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ С ЯБЛОКАМИ	180	0,3	0,1	14,1	60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				12,8	21,4	86,7	634
Всего				12,8	21,4	86,7	634

МЕНЮ
22 апреля 2021 г.

Младшие классы 2 смена

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Обед							
2008	379	МАРИНАД ОВОШНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,5	4,9	4,5	70
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	4	6,9	7,5	115
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60		3,5		31
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2	6,2	13,9	121
2011	375	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ С ЯБЛОКАМИ	180	0,3	0,1	14,1	60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				12,7	22,5	86	642
Всего				12,7	22,5	86	642



МЕНЮ
22 апреля 2021 г.

ММС 5-11 класс

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Обед							
2008	379	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	30	0,3	2,9	2,7	42
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,9	6,5	7,1	110
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60		3,5		31
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	2,4	7,5	16,8	146
2011	375	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ С ЯБЛОКАМИ	180	0,3	0,1	14,1	60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				12,8	21,4	86,7	634
Всего				12,8	21,4	86,7	634



Утверждаю

директор

МОБУ СОШ №3 с Красноусольский
Рудкевич А.С./

МЕНЮ 22 апреля 2021 г.

Младшие классы 1 смена

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2018	145	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	15	13,4	19,3	260
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200			21,8	88
2008		ЙОГУРТ ДЕТСКИЙ С ЧЕТЫРЬМЯ ВИТАМИНАМИ 3,2% СТ	100	3,2	3,2	9,2	80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
Итого				21,5	17,2	66,8	542
Всего				21,5	17,2	66,8	542