

МЕНЮ

11 мая 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							
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	1,6	1,9	25
2008	272	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	60		3,5		31
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	4,6	36,4	212
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,7	1,7	13,6	77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
Итого				11,7	14,9	70,6	496
Всего				11,7	14,9	70,6	496

МЕНЮ

11 мая 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							
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	1,6	1,9	25
2008	272	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	60		3,5		31
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	4,6	36,4	212
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,7	1,7	13,6	77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
Итого				11,7	14,9	70,6	496
Обед							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	5	53
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	17,6	8,6	16,2	214
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	14,8	15	0,1	195
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150/0/5	3,6	4,6	37,7	206
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого				42,4	32,1	97,1	879
Всего				54,1	47	167,7	1375

МЕНЮ

11 мая 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							
		САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,3	35
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	200	17,6	8,6	16,2	214
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	60	14,8	15	0,1	195
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	150	3,4	4,3	35,3	193
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	180	0,1		8,9	36
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		41,9	30,8	93	848
Итого				41,9	30,8	93	848
Всего							

МЕНЮ

11 мая 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							
			60	1	3	5	53
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	200	17,6	8,6	16,2	214
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	60	14,8	15	0,1	195
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	150/0/5	3,6	4,6	37,7	206
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	180	0,1		8,9	36
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		42,4	32,1	97,1	879
Итого				42,4	32,1	97,1	879
Всего							

Утверждаю

директор

МОБУ СОШ №3 с. Красноусольский

Рудкович А.С./

МЕНЮ

11 мая 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							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,3	35
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	17,6	8,6	16,2	214
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	14,8	15	0,1	195
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150	3,4	4,3	35,3	193
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого				41,9	30,8	93	848
Всего				41,9	30,8	93	848