

МЕНЮ
18 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							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	5	53
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200/0/10	6,9	9,4	12,2	165
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	60/30	0,5	2,9	2,2	37
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,1	7,5	48,8	313
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	2,6	0,3	29,5	131
Итого				24,5	23,7	123,1	849
Всего				24,5	23,7	123,1	849

МЕНЮ
18 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							
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60		3,1		28
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	3,9	5,8	27	176
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,5	1	27,5	190
Итого				10,4	10,1	74,3	480
Всего				10,4	10,1	74,3	480

МЕНЮ 18 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							
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60		3,1		28
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	3,9	5,8	27	176
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,5	1	27,5	190
Итого				10,4	10,1	74,3	480
Обед							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	5	53
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200/0/10	7,6	10,4	13,5	182
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-й ВАРИАНТ)	60/30	0,5	2,9	2,2	37
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,4	6,2	40,6	261
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	2,6	0,3	29,5	131
Итого				23,5	23,4	116,2	814
Всего				33,9	33,5	190,5	1294

МЕНЮ 18 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	60	1	3	5	53
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200/0/10	6,9	9,4	12,2	165
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-й ВАРИАНТ)	60/30	0,5	2,9	2,2	37
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,1	7,5	48,8	313
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	2,6	0,3	29,5	131
Итого				24,5	23,7	123,1	849
Всего				24,5	23,7	123,1	849

Утверждаю

директор

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

МЕНЮ

18 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							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	5	53
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200/0/10	7,6	10,4	13,5	182
2008	284	ТЕСТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	60/30	0,5	2,9	2,2	37
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,4	6,2	40,6	261
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	2,6	0,3	29,5	131
Итого				23,5	23,4	116,2	814
Всего				23,5	23,4	116,2	814