

Согласовано



директор

школа-интернат № 1  
/Рубкевич Е.А.

# МЕНЮ

1 октября 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	210	36	17,4	33,1	463
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,6	1,7	17	69
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
<b>Итого</b>				<b>43,2</b>	<b>29,1</b>	<b>81</b>	<b>793</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	10,2	13,7	2	195
2008	442	СОК	200				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	75
		ФРУКТ	140	2,1	0,7	29,4	135
<b>Итого</b>				<b>14,6</b>	<b>15,3</b>	<b>46,8</b>	<b>405</b>
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,3		0,7	4
2006	23	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	4,8	6,3	15,7	152
2006	499	ПТИЦА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	280	14,1	13,9	29,7	315
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,1	91
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	75
<b>Итого</b>				<b>24,3</b>	<b>21,8</b>	<b>102,2</b>	<b>607</b>
<b>Полдник</b>							
2006	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	80	6,4	4	43,2	233
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4	10,1	101
<b>Итого</b>				<b>12</b>	<b>8</b>	<b>53,3</b>	<b>334</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	120	1,6	11,2	10,1	127
2008	331	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	240	14,8	14,8	50,2	216
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	30,8	135
<b>Итого</b>				<b>25,7</b>	<b>28,5</b>	<b>134,6</b>	<b>607</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	153
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>153</b>
<b>Всего</b>				<b>125,2</b>	<b>107,7</b>	<b>439,5</b>	<b>3319</b>

Осокина С.С.

Кузнецова И.В.



Согласовано

# МЕНЮ

1 октября 2024 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	73
2006	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	29,6	15,2	26	34
1994	75	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,6	1,7	16,8	73
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
<b>Итого</b>				<b>34,6</b>	<b>26,1</b>	<b>58,3</b>	<b>280</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100	10,1	10,4	2	159
2008	442	СОК	200				10
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ФРУКТ	140	2,1	0,7	29,4	58
<b>Итого</b>				<b>14,5</b>	<b>12</b>	<b>46,8</b>	<b>207</b>
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,3		0,7	12
2006	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,7	4,9	12,7	121
2006	499	ПТИЦА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	240	10,2	10,4	24,2	221
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,3	73
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	73
<b>Итого</b>				<b>19,3</b>	<b>16,9</b>	<b>93,9</b>	<b>622</b>
<b>Полдник</b>							
2006	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	80	6,8	4,4	43,5	243
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4	10,1	102
<b>Итого</b>				<b>12,4</b>	<b>8,4</b>	<b>53,6</b>	<b>345</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,2	7,2	6,6	111
2008	331	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	230	12,8	12,6	50,6	385
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	73
<b>Итого</b>				<b>19,1</b>	<b>21,2</b>	<b>102</b>	<b>685</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	105
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>105</b>
<b>Всего</b>				<b>105,3</b>	<b>89,6</b>	<b>376,2</b>	<b>2812</b>

Осокина С.С.

Кузнецова И.А.