

Согласовано

директор  
 ГОУ ВО Рязанской области школа-интернат № 1"  
 /Рубкевич Е.А./

# МЕНЮ

10 сентября 2021 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	75
2006	4, Стр. 1 49	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,6	5,7	28,5	197
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,6	2,5	21,6	123
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	71	5,3	2,1	36,4	186
<b>Итого</b>				<b>15,6</b>	<b>18,6</b>	<b>86,6</b>	<b>581</b>
<b>II Завтрак</b>							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008	442	СОК	184				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,3	1,3	22,8	116
<b>Итого</b>				<b>7,4</b>	<b>4,3</b>	<b>23</b>	<b>166</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	7,5	5,2	14,1	139
2006	422	ТЕФТЕЛИ	110/50	15,2	42,9	17,5	527
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	5,3	32,4	209
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		17,9	73
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	1	18,2	93
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,5	16,9	73
<b>Итого</b>				<b>35,7</b>	<b>54,9</b>	<b>117</b>	<b>1114</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2		12,7	51
2008		ЯБЛОКО	187	0,7	0,7	18,4	88
<b>Итого</b>				<b>3,9</b>	<b>4,6</b>	<b>60,9</b>	<b>306</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	130	0,8	30,3	2,5	288
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	100	11,2	39,5	8,9	426
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	3,9	5,3	24,6	167
2008		ЙОГУРТ	220	4,4	3,3	6,6	106
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	1	18,2	93
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,5	16,9	73
<b>Итого</b>				<b>25,5</b>	<b>79,9</b>	<b>77,7</b>	<b>1153</b>
<b>Всего</b>				<b>88,1</b>	<b>162,3</b>	<b>365,2</b>	<b>3320</b>

Осокина С.С

Буличева С.Е.



