

Согласовано



директор
Школа-интернат № 1"
/Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

17 сентября 2024 г

12-18 лет

Сборник рецептов	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	210	36	17,3	33,1	463
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,6	1,7	17	94
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
Итого				43,2	29	81	789
II Завтрак							
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	79
		ФРУКТ	140	2,1	0,7	29,4	134
Итого				14,6	15,3	46,8	408
Обед							
		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	94
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
Итого				24,3	21,8	102,2	720
Полдник							
2006	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	80	6,2	4	43,2	236
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4	10,1	102
Итого				11,8	8	53,3	338
Ужин 1							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	120	1,6	11,2	10,1	147
2008	331	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	240	15,7	15,7	50,3	429
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	133
Итого				26,6	29,4	134,7	917
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				5,4	5	21,6	158
Всего				125,9	108,5	439,6	3330

Рем

Осокина С.С.

Рубкевич

Согласовано



директор
Школа-интернат № 1"
/Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

17 сентября 2024 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2006	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	29,6	15,2	26	385
1994	75	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,6	1,7	16,8	94
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				34,6	26,1	58,3	633
II Завтрак							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100	10,1	10,4	2	159
2008	442	СОК	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ФРУКТ	140	2,1	0,7	29,4	134
Итого				14,5	12	46,8	372
Обед							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,3		0,7	4
2006	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,7	4,9	12,7	121
2006	499	ПТИЦА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	240	10,3	10,5	24,5	248
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	22,9	93
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
Итого				19,3	16,9	93,8	621
Полдник							
2006	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	80	6,8	4,4	43,2	243
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4	10,1	102
Итого				12,4	8,4	53,3	345
Ужин 1							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,2	7,2	6,8	96
2008	331	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	230	12,7	12,6	50,5	384
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	76
Итого				19	21,2	102,1	682
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				5,4	5	21,6	158
Всего				105,2	89,6	375,9	2811

Осокина С.С.

Осокина С.С.

Данилова С.Е.