

Согласовано

директор  
Муниципальная школа-интернат № 1"  
/Рубкевич Е.А./



**МЕНЮ**  
7 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>II Завтрак</b>							
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,8	2,9	31,4	175
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,4	1,6	16,8	92
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,8	14,9	76
<b>Итого</b>				<b>13,9</b>	<b>9,8</b>	<b>63,1</b>	<b>398</b>
<b>Обед</b>							
2008	95 стр37	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,3	6,2	8,5	107
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	110	12,8	11,7	4,1	186
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	5,2	32,4	208
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,3	95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,8	14,9	76
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	17,8	77
		ЯБЛОКО	140	0,6	0,6	13,7	66
<b>Итого</b>				<b>29,3</b>	<b>25,2</b>	<b>114,7</b>	<b>815</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
<b>Итого</b>				<b>0,8</b>	<b>0,7</b>	<b>27,3</b>	<b>118</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,2	4,2	5,5	63
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	13,5	13,1	7,1	203
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	4,1	19,2	130
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,8	14,9	76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	17,8	77
<b>Итого</b>				<b>22,8</b>	<b>22,7</b>	<b>76,3</b>	<b>596</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	205	5,5	5,1	22,1	162
<b>Итого</b>				<b>5,5</b>	<b>5,1</b>	<b>22,1</b>	<b>162</b>
<b>Всего</b>				<b>72,3</b>	<b>63,5</b>	<b>303,5</b>	<b>2089</b>

Осокина С.С Осокина С.С

Буличева С.Е. Буличева С.Е.

Согласовано

директор

/Рубкевич Е.А./


# МЕНЮ


7 октября 2024 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>II Завтрак</b>							
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,8	2,9	31,4	175
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,4	1,6	16,8	92
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,8	14,9	76
<b>Итого</b>				<b>13,9</b>	<b>9,8</b>	<b>63,1</b>	<b>398</b>
<b>Обед</b>							
2008	95 стр37	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,3	6,2	8,5	107
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	110	12,8	11,7	4,1	186
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	5,2	32,4	208
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,3	95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,8	14,9	76
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	17,8	77
		ЯБЛОКО	140	0,6	0,6	13,7	66
<b>Итого</b>				<b>29,3</b>	<b>25,2</b>	<b>114,7</b>	<b>815</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
<b>Итого</b>				<b>0,8</b>	<b>0,7</b>	<b>27,3</b>	<b>118</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,2	4,2	5,5	63
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	13,5	13,1	7,1	203
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	4,1	19,2	130
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,8	14,9	76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	17,8	77
<b>Итого</b>				<b>22,8</b>	<b>22,7</b>	<b>76,3</b>	<b>596</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	205	5,5	5,1	22,1	162
<b>Итого</b>				<b>5,5</b>	<b>5,1</b>	<b>22,1</b>	<b>162</b>
<b>Всего</b>				<b>72,3</b>	<b>63,5</b>	<b>303,5</b>	<b>2089</b>

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.