

Согласовано

МЕНЮ

20 ноября 2024

7-11 лет



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

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2006	1		180	5,5	2,8	22,2	137
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	180	3,4	2,3	21,1	119
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					
				11,3	14,3	58,8	410
Итого							
II Завтрак							
		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63
2008			200				
2008	442	СОК	110	0,4	0,4	10,8	52
		ФРУКТ					
				1,5	1,9	22	115
Итого							
Обед							
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,7	4,9	12,3	119
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	13,3	12,9	7,1	201
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	4,6	36,2	205
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	1,4	3	29
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,3	95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
				26,1	25,4	114,9	804
Итого							
Полдник							
2017	201	МАННИК	100	5,8	5,4	26,8	181
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
				6	5,4	39,5	232
Итого							
Ужин 1							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	1	4,2	3,5	54
2008	15	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)	90	11,9	19,8		225
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	3,5	7,2	17,6	162
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
				21,5	32,6	65,9	643
Итого							
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
				5,4	5	21,6	158
Итого							
				71,8	84,6	322,7	2362
Всего							

Ветеринар Овочкина С.С.

Рубкевич Е.А.

Согласовано

МЕНЮ

20 ноября 2024

12-18 лет



директор
Рубкевич Е.А./

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
			10	0,1	8,3	0,1	75
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	200	6,1	3,2	24,6	152
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	180	3,3	2,3	21,1	118
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	60	4,5	1,7	30,8	157
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		14	15,5	76,6	502
Итого							
II Завтрак							
			25	1,9	2,5	18,6	104
2008		ПЕЧЕНЬЕ	200				
2008	442	СОК	110	0,4	0,4	10,8	52
		ФРУКТ		2,3	2,9	29,4	156
Итого							
Обед							
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250	4,9	6,2	15	147
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	14,9	14,2	7,9	225
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,3	5,6	43,5	247
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	1,4	3,2	30
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	22,9	93
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
				29,5	28,9	125,5	897
Итого							
Полдник							
2017	201	МАННИК	100	5,7	9,1	26,7	220
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
				5,9	9,1	39,4	271
Итого							
Ужин 1							
			50	1	4,2	3,5	54
2008	15	ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	100	13,2	22		250
2008	141	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)	180	3,7	8,1	19,6	181
2008	430	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	0,2		11,8	47
2008		ЧАЙ С САХАРОМ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	4,6	0,8	30,8	133
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		27,2	36,8	96,5	822
Итого							
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
				5,4	5	21,6	158
Итого							
Всего				84,3	98,2	389	2806

Вит. Овощина с е

Вуз Курдюков ИА