

Согласовано

директор  
"Рубкевич Е.А./**МЕНЮ**  
3 декабря 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>							
		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	1		210	36	17,3	33,1	463
2008	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	2,6	1,7	17	94
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	60	4,5	1,7	30,8	157
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		43,2	29	81	789
<b>Итого</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	79
		ФРУКТ	140	2,1	0,7	29,4	134
<b>Итого</b>							
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,3		0,7	4
2008	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ И СМЕТАНОЙ	250	6,2	6,1	14,7	152
2008	499	ПТИЦА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	280	14,1	13,9	29,7	315
2008	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		22,3	90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
<b>Итого</b>							
<b>Полдник</b>							
2008	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	80	6,2	4	43,2	236
2008	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4	10,1	102
<b>Итого</b>							
<b>Ужин 1</b>							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	120	1,6	11,2	10,1	147
2008	331	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	240	14,8	14,8	50,3	416
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
<b>Итого</b>							
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
<b>Итого</b>							
<b>Всего</b>							
				126,5	107,2	437,8	3313

*Осокина С.С.*

Осокина С.С.

*Куржесова*

Согласовано

директор  
школы-интернат № 1"  
/Рубкевич Е.А./**МЕНЮ**  
3 декабря 2024 г.

7-11 лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
			10	0,1	8,3	0,1	75
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	170	29,5	15,1	26	383
2006	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	2,6	1,7	16,8	94
1994	75	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					
				<b>34,5</b>	<b>26</b>	<b>58,3</b>	<b>631</b>
Итого							
<b>II Завтрак</b>							
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
				<b>14,5</b>	<b>12</b>	<b>46,8</b>	<b>372</b>
Итого							
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,3		0,7	4
2006	27	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	5	5,1	11,9	125
2006	499	ПТИЦА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	240	10,2	10,5	24,4	248
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		22,3	90
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
				<b>20,7</b>	<b>17</b>	<b>92,3</b>	<b>622</b>
Итого							
<b>Полдник</b>							
2006	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	80	6,6	4,3	43,1	240
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4	10,1	102
				<b>12,2</b>	<b>8,3</b>	<b>53,2</b>	<b>342</b>
Итого							
<b>Ужин 1</b>							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,2	7,2	6,5	95
2008	331	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	230	12,7	12,6	50,2	382
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
				<b>19</b>	<b>21,2</b>	<b>101,5</b>	<b>679</b>
Итого							
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
				5,4	5	21,6	158
Итого							
Всего							
				<b>106,3</b>	<b>89,5</b>	<b>373,7</b>	<b>2804</b>

*Осокина С.С.*

Осокина С.С.

*Кузнецова*