

Согласовано

директор

Школа-интернат № 1"

Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

2 марта 2023 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2020	40	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	200	29,2	14,8	43,9	450
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,1	1,7	20,1	109
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
Итого				36,9	26,5	94,9	791
II Завтрак							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,1	9		111
2008	442	СОК	200				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				9,4	9,9	15,4	190
Обед							
2006	114,135	СУП КУРИННЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,6	5,9	12,8	140
2020	61	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,6	14,2	17,4	271
2006	66	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,4	4,7	39,4	229
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				32,7	26,4	125,7	889
Полдник							
2020	89	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	80	6,5	3,6	42,7	231
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
Итого				7,1	4	66,2	334
Ужин 1							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	110	1,6	10,1	8	131
2020	50	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	100	12,4	10,1	10	196
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,1	4,6	16,9	135
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				27,4	27,3	109,2	803
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				5,4	5	21,6	158
Всего				118,9	99,1	433	3165

Вет. Осужина СС

Рубкевич Е.А.

Согласовано



директор

Школа-интернат № 1"

Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

2 марта 2023 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ 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
2020	40	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	180	26,5	13,6	39,7	409
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,1	1,7	20,1	109
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				32	24,5	75,3	672
II Завтрак							
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,7	6		74
2008	442	СОК	200				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				7	6,9	15,4	153
Обед							
2006	114,135	СУП КУРИННЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,1	5,3	10,4	113
2020	61	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	14,2	13,1	15,6	247
2006	66	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	3,9	32,9	191
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
Итого				28,7	23,9	115,2	801
Полдник							
2020	89	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	80	7	3,9	43,2	237
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
Итого				7,6	4,3	65,8	336
Ужин 1							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	80	1,2	7,4	5,9	96
2020	50	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	90	11,2	9,3	9	178
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,3	3,3	13,6	104
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				20,8	21,4	73,3	580
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				5,4	5	21,6	158
Всего				101,5	86	366,6	2700

Вед. Овочкина СС

В. Бушова СЛ

