

Согласовано

директор

школы-интернат № 1"
/Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

13 октября 2021 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	4 Стр 149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	7,9	6,7	32,8	228
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	76	5,7	2,2	39,1	199
Итого				13,9	17,2	86,1	558
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	46	3,5	4,5	34,2	192
2008	442	СОК	182				
2006		БАНАН	143	2,1	0,7	30,1	138
Итого				5,6	5,2	64,3	330
Обед							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	19	0,2		0,5	3
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	6	11,8	134
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	90	11,7	19,4	9,5	274
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,2	4,7	23,2	153
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,6	76
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	1,1	19,5	100
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,6	21,6	93
Итого				26,4	31,8	104,7	833
Полдник							
2017	201	МАННИК	100/5	6,7	6,3	32,1	214
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2		12,7	51
Итого				6,9	6,3	44,8	265
Ужин 1							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	110	1,7	10,5	8,5	137
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	230	21,4	17,1	22	356
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180/13	0,2		12,7	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	1,1	19,5	100
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,6	21,6	93
Итого				29,4	29,3	84,3	737
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	194	5,2	4,9	21	154
Итого				5,2	4,9	21	154
Всего				87,4	94,7	405,2	2877

Осокина С.С. Осокина С.С.

Рубкевич Е.А. Рубкевич Е.А.

Согласовано

директор
"Рубинская школа-интернат № 1"
/Рубкевич Е.А./**МЕНЮ**
13 октября 2021 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ 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
2006	4 Стр 149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	8,4	7,1	35,6	245
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	95	7,1	2,8	48,8	249
Итого				15,8	18,2	98,6	625
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	46	3,5	4,5	34,2	192
2008	442	СОК	182				
2006		БАНАН	143	2,1	0,7	30	137
Итого				5,6	5,2	64,2	329
Обед							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	19	0,2		0,5	3
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5,5	6,7	14,6	154
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	90	11,6	19,3	9,4	273
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	210	4,1	6	29,5	195
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		20,8	85
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,6	1,4	24,4	125
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	79	5,2	0,9	34,6	149
Итого				30,5	34,3	133,8	984
Полдник							
2017	201	МАННИК	100/5	6,7	6,2	32	214
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
Итого				6,9	6,2	46,1	270
Ужин 1							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	150	2,3	14,5	11,6	187
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	230	21,3	17	22,3	357
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,6	1,4	24,4	125
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	69	4,5	0,8	30,3	131
Итого				31,9	33,7	102,7	856
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	194	5,2	4,9	21	154
Итого				5,2	4,9	21	154
Всего				95,9	102,5	466,4	3218

Осокина С.С.

Осокина С.С.

Рубкевич Е.А.