

МЕНЮ

28 октября 2022 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,4	4,6	28	183
		ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	200	1,5	0,9	15,3	76
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	75	5,6	2,2	38,4	196
Итого				14,6	16	81,8	530
II Завтрак							
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	1,1	19,2	98
2008	442	СОК	200				
Итого				6,9	4,1	19,4	148
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ И СМЕТАНОЙ	250	5,3	5,5	14,7	141
2008	271	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	100	15,8	21,7	24,1	360
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,1	4	13,3	114
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,1	0,1	23	93
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	1,1	19,2	98
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	3,7	0,7	24,6	106
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,9	48
Итого				32,2	33,5	128,8	960
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		13	52
Итого				1,7	2	27,9	135
Всего				55,4	55,6	257,9	1773

Осокина С.С

Буличева С.Е.

Согласовано

директор
ГБОУ ЯО "Рубинская школа-интернат № 1"
Рубевич Е.А./

МЕНЮ

28 октября 2022 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	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,5	4	25,1	163
1994	630., ТТ К	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,5	1,7	15,7	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	1,1	19,2	98
Итого				11,9	15,1	60,1	425
II Завтрак							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	1,1	19,2	98
2008	442	СОК	200				
Итого				6,9	4,1	19,4	148
Обед							
2006	27	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	4,3	4,5	11,9	115
2008	271	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	90	14,2	19,6	21,5	325
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,4	3,3	13,6	104
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	85
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	1,1	19,2	98
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,1	0,4	14,1	61
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,9	48
Итого				27,3	29,4	111,1	836
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,7	47
Итого				1,7	2	26,6	130
Всего				47,8	50,6	217,2	1539

Осокина С.С.

Буличева С.Е.

