

Согласовано

директор
школы-интернат № 1"
/Рубкевич Е.А./**МЕНЮ**
22 сентября 2022 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
2020	40	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	190	27,5	14,1	43,6	434
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,5	1,9	22,5	122
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6	2,3	41,1	209
Итого				37,1	26,6	107,3	840
II Завтрак							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,8	7,3		91
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	1,4	25,7	131
Итого				9,7	8,7	39,8	278
Обед							
2006	114,135	СУП КУРИНЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,5	6,2	12,7	144
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ И ПТИЦЫ	90	13,8	13,1	15,4	246
2006	66	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,4	4,8	39,3	229
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	3,6	3,2	49
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	25,5	104
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	77	5,1	0,9	33,7	146
Итого				36,9	30,5	160,6	1075
Полдник							
2020	89	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	8,4	4,6	53,6	291
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
Итого				8,6	4,6	67,7	347
Ужин 1							
2010	393	КОЛБАСА ВАРЕНАЯ	85	11,6	19,3		219
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4,5	5,2	18,6	149
2008	430	ЧАЙ С КОНФЕТАМИ	200/20	0,7		15,4	64
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	67	4,4	0,8	29,5	127
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
Итого				26,2	27,5	107	777
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	185	5	4,6	19,9	146
Итого				5	4,6	19,9	146
Всего				123,5	102,5	502,3	3463

Венг Осюкина с.с.

Рубкевич Е.А.

Согласовано

директор
/Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

22 сентября 2022 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)					
2020	40	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	22	11,4	36,7	356
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	3,1	1,7	20,2	109
Итого			80	6	2,3	41,1	209
				31,2	23,7	98,1	749
II Завтрак							
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)					
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	25	5,8	7,3		91
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,2		11,8	47
Итого			40	3	1,2	20,5	105
				9	8,5	32,3	243
Обед							
2006	114,135	СУП КУРИНЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ И СМЕТАНОЙ	200	6,2	5,6	10,3	127
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ И ПТИЦЫ	90	13,9	13,2	15,4	247
2006	66	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	4,9	3,6	30,5	178
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,5	1,4	3,2	31
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,3	95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,5	105
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,6	21,1	91
Итого				31,9	25,8	124,3	874
Полдник							
2020	89	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	8,5	4,6	53,2	290
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
Итого				8,7	4,6	65	337
Ужин 1							
2010	393	КОЛБАСА ВАРЕНАЯ	85	11,6	19,3		219
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,2	4,6	16,8	136
2008	430	ЧАЙ С КОНФЕТАМИ	200/20	0,7		15,4	64
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,5	105
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,6	21,1	91
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
Итого				23,2	26,2	86,5	676
Ужин 2							
2010	645	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	185	5	4,6	20	146
Итого				5	4,6	20	146
Всего				109	93,4	426,2	3025

Вет Овжинка сс

Е.А. Рубкевич сс

