



Директор  
ЯО Михайловская школа-интернат  
Суходольская Л. В./

## МЕНЮ

4 апреля 2023 г.

\*7-11

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2011	14	*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	1	72,9	1,4	665	0
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/30	33,4	18,2	45,3	485	0,4
2008	433	*КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,3	4,3	22,7	152	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,9	0,5	38,9	184	0
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>45,6</b>	<b>95,9</b>	<b>108,3</b>	<b>1486</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	372	*ЯБЛОКИ	127	0,5	0,5	12,1	58	5,1
<b>Итого</b>			<b>127</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,1</b>	<b>58</b>	<b>5,1</b>
<b>Обед</b>								
2011		*ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	33	0,5	0,1	1,1	8	1,3
2008	91	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ	300	10,6	7,1	20,3	187	8,8
2011	455	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	20,6	20,1	20	342	0,9
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205/5	4,3	1,6	28,8	146	13,9
		*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	77	5,1	0,9	30,4	152	0
<b>Итого</b>			<b>920</b>	<b>41,1</b>	<b>29,8</b>	<b>120</b>	<b>912</b>	<b>24,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	453	*ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ	105	8	4,5	70,8	356	0,2
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15	61	0
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>8,2</b>	<b>4,5</b>	<b>85,8</b>	<b>417</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ ПОРЦИОННАЯ (КОНС.)	105	2	9,7	8,4	130	3,2
2010	49	*РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ	100	22,3	7	4	168	1
2011	215	*РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	4	11	24,4	222	16
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15	61	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	102	7,6	0,6	49,5	234	0
<b>Итого</b>			<b>722</b>	<b>36,1</b>	<b>28,3</b>	<b>101,3</b>	<b>815</b>	<b>20,2</b>
<b>УжинII</b>								
2008		*ЙОГУРТ	194	3,9	2,9	5,8	93	1,4
<b>Итого</b>			<b>194</b>	<b>3,9</b>	<b>2,9</b>	<b>5,8</b>	<b>93</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>135,4</b>	<b>161,9</b>	<b>433,3</b>	<b>3781</b>	<b>53</b>

Главный бухгалтер \_\_\_\_\_

Груздева Н.А.

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар) \_\_\_\_\_

Смирнова Л. А.



# МЕНЮ

4 апреля 2023 г.

\*12-18

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2011	14	*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	1,5	108,8	2,1	993	0
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	230/30	43,1	23,3	57,1	621	0,6
2008	433	*КАКАО С МОЛОКОМ	215	5,7	4,6	23,4	159	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	112	8,2	0,7	54,3	256	0
<b>Итого</b>			<b>602</b>	<b>58,5</b>	<b>137,4</b>	<b>136,9</b>	<b>2029</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	372	*ЯБЛОКИ	127	0,5	0,5	12,1	58	5,1
<b>Итого</b>			<b>127</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,1</b>	<b>58</b>	<b>5,1</b>
<b>Обед</b>								
2011		*ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	33	0,5	0,1	1,1	8	1,3
2008	91	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ	350	12,1	8,2	23,7	218	10,4
2011	455	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	20,6	20,3	19,9	344	0,9
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	255/5	5,5	2	36	183	17,4
		*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	96	6,3	1,1	37,9	190	0
<b>Итого</b>			<b>1039</b>	<b>45</b>	<b>31,7</b>	<b>138</b>	<b>1020</b>	<b>30</b>
<b>Полдник</b>								
2008	453	*ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ	100	7,7	3,7	71,2	350	0,2
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,1	62	0
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>7,9</b>	<b>3,7</b>	<b>86,3</b>	<b>412</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ ПОРЦИОННАЯ (КОНС.)	105	2	9,8	8,4	131	3,2
2010	49	*РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ	100	22,3	7	3,9	168	1
2011	215	*РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	250	5,2	13,5	30,3	274	20
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,1	62	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	112	8,2	0,7	54,3	256	0
<b>Итого</b>			<b>782</b>	<b>37,9</b>	<b>31</b>	<b>112</b>	<b>891</b>	<b>24,2</b>
<b>УжинII</b>								
2008		*ЙОГУРТ	194	3,9	2,9	5,8	93	1,4
<b>Итого</b>			<b>194</b>	<b>3,9</b>	<b>2,9</b>	<b>5,8</b>	<b>93</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>153,7</b>	<b>207,2</b>	<b>491,1</b>	<b>4503</b>	<b>62,3</b>

Главный бухгалтер  Груздева Н.А.Медицинская сестра  Белокурова Т.В.Шеф повар (повар)  Смирнова Л. А.