

Согласовано



Директор

/Суходольская Л. В./

# МЕНЮ

6 апреля 2023 г.

\*7-11

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2011	14	*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	1	72,9	1,4	665	0
2011	15	*СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,8	7,4		91	0,3
к/к	к/к	*ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	50	1,6	0,1	3,2	19	2
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,8	9,8	2	138	0,2
2008	433	*КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,2	4,3	23	152	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,9	0,5	38,9	184	0
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>30,3</b>	<b>95</b>	<b>68,5</b>	<b>1249</b>	<b>3,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	372	ЯБЛОКИ	128	0,5	0,5	12,1	58	5,1
<b>Итого</b>			<b>128</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,1</b>	<b>58</b>	<b>5,1</b>
<b>Обед</b>								
2008		*ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	98	1,9	8,8	7,6	117	6,9
2010	9	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И МЯСОМ ПТИЦЫ	300/24	12,1	8,4	22,9	216	11,6
2010	51	*БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/5	17,1	7,2	16,5	200	1,1
2010	77	*КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	3,9	0,8	31,7	150	16,1
		*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	75	4,9	0,9	29,5	148	0
<b>Итого</b>			<b>1007</b>	<b>39,9</b>	<b>26,1</b>	<b>127,6</b>	<b>908</b>	<b>35,7</b>
<b>Полдник</b>								
2017	57	*МАННИК	100	5,9	3,9	44,1	235	0,2
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,3	62	0
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>6,1</b>	<b>3,9</b>	<b>59,4</b>	<b>297</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2011	55	*САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	85/8	1	7,6	5,3	93	2,8
2010	70	*ПЛОВ С ПТИЦЕЙ	300	43,5	33,2	60,8	717	2,9
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,3	62	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	102	7,6	0,6	49,8	235	0
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>52,3</b>	<b>41,4</b>	<b>131,2</b>	<b>1107</b>	<b>5,7</b>
<b>УжинII</b>								
2008		*ЙОГУРТ	200	3,9	2,9	5,8	93	1,4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>3,9</b>	<b>2,9</b>	<b>5,8</b>	<b>93</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>133</b>	<b>169,8</b>	<b>404,6</b>	<b>3712</b>	<b>51,4</b>

Главный бухгалтер  Груздева Н.А.

Медицинская сестра  Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар)  Смирнова Л. А.



Директор  
ГОУ ЯО Михайловская школа-интернат  
Сухдолская Л. В./

## МЕНЮ

6 апреля 2023 г.

\*12-18

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2011	14	*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	16	1,5	108,8	2,1	993	0
2011	15	*СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7	8,9		111	0,4
к/к	к/к	*ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	54	1,6	0,1	3,4	21	2,2
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	16,2	14,7	3	210	0,2
2008	433	*КАКАО С МОЛОКОМ	210	5,6	4,6	23,3	158	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	113	8,3	0,7	54,8	259	0
<b>Итого</b>			<b>593</b>	<b>40,2</b>	<b>137,8</b>	<b>86,6</b>	<b>1752</b>	<b>3,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	372	ЯБЛОКИ	128	0,5	0,5	12,1	58	5,1
<b>Итого</b>			<b>128</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,1</b>	<b>58</b>	<b>5,1</b>
<b>Обед</b>								
2008		*ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	98	1,9	8,8	7,6	117	6,9
2010	9	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И МЯСОМ ПТИЦЫ	350/28	13,8	9,7	26,6	249	13,7
2010	51	*БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/5	17,1	6,9	16,4	197	1,1
2010	77	*КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250/5	4,9	1	39,7	188	20,1
1994	588	*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	93	6,1	1,1	36,9	185	0
<b>Итого</b>			<b>1129</b>	<b>43,8</b>	<b>27,5</b>	<b>146,6</b>	<b>1013</b>	<b>41,8</b>
<b>Полдник</b>								
2017	57	*МАННИК	100	6	3,9	44,2	236	0,2
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,1	62	0
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>6,2</b>	<b>3,9</b>	<b>59,3</b>	<b>298</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2011	55	*САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	105	1,3	9,8	6,5	120	3,4
2010	70	*ПЛОВ С ПТИЦЕЙ	300	43,5	33,2	60,9	718	2,9
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,1	62	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	113	8,3	0,7	54,8	259	0
<b>Итого</b>			<b>733</b>	<b>53,3</b>	<b>43,7</b>	<b>137,3</b>	<b>1159</b>	<b>6,3</b>
<b>УжинII</b>								
2008		*ЙОГУРТ	200	3,9	2,9	5,8	93	1,4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>3,9</b>	<b>2,9</b>	<b>5,8</b>	<b>93</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>147,9</b>	<b>216,3</b>	<b>447,7</b>	<b>4373</b>	<b>58,4</b>

Главный бухгалтер  Груздева Н.А.

Медицинская сестра  Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар)  Смирнова Л. А.