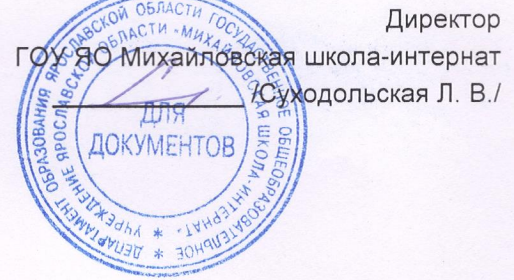


Согласовано



Директор

ГБОУ ВО Михайловская школа-интернат
(Суходольская Л. В./)

МЕНЮ

10 января 2023 г.

*7-11

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
II Завтрак								
2008		*ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,4	18,3	102	0
2008	429	*ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,3		0,6	4	0,1
Итого			225	2,2	2,4	18,9	106	0,1
Обед								
2011	71	*МОРКОВЬ ТЕРТАЯ НАТУРАЛЬНАЯ	100	1,9	9,8	9,8	137	2,8
2010	12	*СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ	300/24	16	11,4	21,2	253	16,8
2010	60	*ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/5	19,6	26,1	21,4	398	2,8
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6,4	0,8	41	197	0
		*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	27,7	139	0
Итого			984	48,5	48,9	140,5	1201	22,4
Полдник								
2008		*ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,4	18,3	102	0
2008	429	*ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,3		0,6	4	0,1
Итого			225	2,2	2,4	18,9	106	0,1
Ужин								
2010	3	*СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100/10	1,8	9,8	10,9	139	5,1
2010	48	*РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЁНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	105/75	17,1	1,1	12,8	130	4,8
2010	77	*КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	* 250/5	5,7	1,2	46,8	221	23,7
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,3		15,2	62	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	95	7,2	0,6	47,7	225	0
Итого			855	32,1	12,7	133,4	777	33,7
УжинII								
1994		*СНЕЖОК	203	5,3	4,5	31,8	188	1
Итого			203	5,3	4,5	31,8	188	1
Всего				90,3	70,9	343,5	2378	57,3

Главный бухгалтер _____ Груздева Н.А.

Медицинская сестра _____ Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар) _____ Смирнова Л. А.

Согласовано

ГОУ ЯО Михайловская школа-интернат

Директор

/Суходольская Л. В./

МЕНЮ

10 января 2023 г.

***12-18**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
II Завтрак								
2008		*ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,4	18,5	103	0
2008	429	*ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,3		0,6	4	0,1
Итого			225	2,2	2,4	19,1	107	0,1
Обед								
2011	71	*МОРКОВЬ ТЕРТАЯ НАТУРАЛЬНАЯ	160	2	8,6	10,8	130	3,1
2010	12	*СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ	350/28	18,6	12,9	25,1	293	20,4
2010	60	*ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/5	18,9	26,4	21,5	399	2,8
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	230/5	8,4	1	53,8	258	0
		*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	87	5,7	1	34,3	172	0
Итого			1165	53,6	49,9	164,9	1329	26,3
Полдник								
2008		*ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,4	18,5	103	0
2008	429	*ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,3		0,6	4	0,1
Итого			225	2,2	2,4	19,1	107	0,1
Ужин								
2010	3	*СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100/5	2,3	12,5	13,6	175	6,4
2010	48	*РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	110/100	19	1,2	12,7	139	5,7
2010	77	*КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	300/5	7,3	1,5	59,2	279	29,9
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,3		15,4	63	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105	8	0,7	52,9	249	0
Итого			940	36,9	15,9	153,8	905	42,1
Ужин II								
1994		*СНЕЖОК	203	5,3	4,5	31,8	188	1
Итого			203	5,3	4,5	31,8	188	1
Всего				100,2	75,1	388,7	2636	69,6

Главный бухгалтер _____ Груздева Н.А.

Медицинская сестра _____ Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар) _____ Смирнова Л. А.