

Согласовано

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

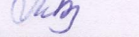
МЕНЮ

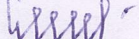
11 января 2023 г.

*7-11

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	14	*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	1	72,9	1,4	665	0
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180/30	34,7	18,9	42,3	487	0,4
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,7	3,7	23,5	146	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,9	0,5	38,9	184	0
Итого			500	46,3	96	106,1	1482	1,2
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200					0
Итого			200					0
Обед								
2011	47	*САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,7	5,1	5,4	77	28,9
2010	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ	300/24	10,7	6,9	19,1	182	1,8
2011	393	*СОСИСКИ ДЕТСКИЕ ОТВАРНЫЕ	61	6,5	14,2	0,2	154	0
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205/5	4,3	1,6	28,7	146	13,9
1994	588	*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	1	31,7	158	0
Итого			975	28,5	28,8	104,5	794	44,6
Полдник								
2008	453	*ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ	105	15,1	8,3	47	324	0,2
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15	61	0
Итого			320	15,3	8,3	62	385	0,2
Ужин								
2008		*ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	96	1,8	8,6	7,4	115	6,7
2008	311	*ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	30,8	22,5	52,1	535	2,9
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15	61	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,4	0,6	48,7	230	0
Итого			661	40,2	31,7	123,2	941	9,6
Ужин II								
2008		*ЙОГУРТ	186	3,7	2,8	5,6	89	1,3
Итого			186	3,7	2,8	5,6	89	1,3
Всего				134	167,6	401,4	3691	56,9

Главный бухгалтер  Груздева Н.А.

Медицинская сестра  Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар)  Смирнова Л. А.



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

МЕНЮ

11 января 2023 г.

*12-18

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2011	14	*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	1,5	108,8	2,1	993	0
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	235/30	42,9	24,3	61,1	643	0,6
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	5,1	4	24,3	154	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	8,1	0,7	53,5	253	0
Итого			590	57,6	137,8	141	2043	1,4
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200					0
Итого			200					0
Обед								
2011	47	*САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,4	4	4,5	62	23
2010	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ	350/28	12,3	8	21,5	207	1,5
2011	393	*СОСИСКИ ДЕТСКИЕ ОТВАРНЫЕ	61	6,5	14,3	0,2	155	0
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	255/5	5,5	2	36	183	17,4
1994	588	*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,6	1,2	39,6	198	0
Итого			1079	32,3	29,5	121,2	882	41,9
Полдник								
2008	453	*ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ	100	14,2	7,3	46,2	308	0,2
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15	61	0
Итого			315	14,4	7,3	61,2	369	0,2
Ужин								
2008		*ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	* 96	1,8	8,6	7,4	115	6,7
2008	311	*ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	330	40,5	29,9	68,4	705	3,8
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15	61	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	8,1	0,7	53,5	253	0
Итого			751	50,6	39,2	144,3	1134	10,5
УжинII								
2008		*ЙОГУРТ	186	3,7	2,8	5,6	89	1,3
Итого			186	3,7	2,8	5,6	89	1,3
Всего				158,6	216,6	473,3	4517	55,3

Главный бухгалтер Груздева Н.А.

Медицинская сестра Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар) Смирнова Л. А.