

Согласовано



Директор

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

МЕНЮ

18 января 2023 г.

*7-11

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2011	14	*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	1	72,9	1,4	665	0
2010	35	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	6,2	2,7	28,9	165	0,5
2008	433	*КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,2	4,2	23,2	152	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,9	0,5	38,9	184	0
Итого			495	18,3	80,3	92,4	1166	1,3
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200					0
Итого			200					0
Обед								
2011	71	*МОРКОВЬ ТЕРТАЯ НАТУРАЛЬНАЯ	70	1	3,6	4,8	56	1,4
2010	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ	300/24	10,6	6,9	18,2	178	1,2
2010	62	*ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	100	19,5	14,8	7,9	264	12,8
2010	82	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ	200	4,7	0,2	20,3	105	42,6
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			974	41,1	26,5	102,3	838	58
Полдник								
2011	424	*БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	8,6	2,9	61,1	304	0,2
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,3	62	0
Итого			315	8,8	2,9	76,4	366	0,2
Ужин								
2011	47	*САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	70	1,2	3,7	3,8	56	20,5
1994	402	АЗУ ИЗ ГОВЯДИНЫ ТУШЕНОЙ	310	18,3	24,2	32,4	420	16,2
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,3	62	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,6	0,6	50,2	237	0
Итого			695	27,3	28,5	101,7	775	36,7
УжинII								
1994		*СНЕЖОК	206	5,4	4,5	32,2	190	1
Итого			206	5,4	4,5	32,2	190	1
Всего				100,9	142,7	405	3335	97,2

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

