

Согласовано

Директор  
ГБОУ ЯО Михайловская школа-интернат

Суходольская Л. В./



# МЕНЮ

24 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		
<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	120	0,5	0,5	11,4	55	4,8
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>11,4</b>	<b>55</b>	<b>4,8</b>
<b>Обед</b>								
2011		*ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	30	0,5	0,1	1	8	1,2
2008	91	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ	300	10,5	7,1	20,1	187	8,7
2011	455	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	20,5	20,1	19,3	339	0,8
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	4,2	1,5	28,7	145	13,9
		*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	1	31,7	158	0
<b>Итого</b>			<b>915</b>	<b>41</b>	<b>29,8</b>	<b>120,2</b>	<b>914</b>	<b>24,6</b>
<b>Полдник</b>								
2011	424	*БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	8,5	2,8	61	302	0,2
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15	61	0
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>8,7</b>	<b>2,8</b>	<b>76</b>	<b>363</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ ПОРЦИОННАЯ (КОНС.)	99	1,9	9,2	8	123	3
2011	393	*СОСИСКИ ДЕТСКИЕ ОТВАРНЫЕ	58	6,2	13,5	0,2	147	0
2011	215	*РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	4	11	24,5	222	16,1
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15	61	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,4	0,6	48,7	230	0
<b>Итого</b>			<b>672</b>	<b>19,7</b>	<b>34,3</b>	<b>96,4</b>	<b>783</b>	<b>19,1</b>
<b>УжинII</b>								
2008		*ЙОГУРТ	200	4	3	6	96	1,4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>96</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>119,5</b>	<b>166,3</b>	<b>418,3</b>	<b>3697</b>	<b>51,3</b>

Главный бухгалтер

Груздева Н.А.

Медицинская сестра

Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар)

Смирнова Л. А.

Согласовано

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

# МЕНЮ

24 января 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	43,2	23,7	59,9	635	0,6
2008	433	*КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,2	4,3	23,1	152	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	8,1	0,7	53,5	253	0
<b>Итого</b>			<b>585</b>	<b>58</b>	<b>137,5</b>	<b>138,6</b>	<b>2033</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	372	*ЯБЛОКИ	120	0,5	0,5	11,4	55	4,8
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>11,4</b>	<b>55</b>	<b>4,8</b>
<b>Обед</b>								
2011		*ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	30	0,5	0,1	1	8	1,2
2008	91	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ	350	12,1	8,1	23,6	217	10,4
2011	455	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	20,5	20,1	19,3	339	0,8
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250/5	5,3	1,9	35,8	181	17,4
		*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,6	1,2	39,6	198	0
<b>Итого</b>			<b>1035</b>	<b>45</b>	<b>31,4</b>	<b>138,7</b>	<b>1020</b>	<b>29,8</b>
<b>Полдник</b>								
2011	424	*БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	8,7	2,8	61,1	304	0,2
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15	61	0
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>8,9</b>	<b>2,8</b>	<b>76,1</b>	<b>365</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ ПОРЦИОННАЯ (КОНС.)	99	1,9	9,2	8	123	3
2011	393	*СОСИСКИ ДЕТСКИЕ ОТВАРНЫЕ	58	6,2	13,4	0,2	146	0
2011	215	*РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	250	5,3	13,5	30,4	274	20,1
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15	61	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	8,1	0,7	53,5	253	0
<b>Итого</b>			<b>732</b>	<b>21,7</b>	<b>36,8</b>	<b>107,1</b>	<b>857</b>	<b>23,1</b>
<b>УжинII</b>								
2008		*ЙОГУРТ	200	4	3	6	96	1,4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>96</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>138,1</b>	<b>212</b>	<b>477,9</b>	<b>4426</b>	<b>60,7</b>

Главный бухгалтер \_\_\_\_\_ Груздева Н.А.

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар) \_\_\_\_\_ Смирнова Л. А.