

Согласовано



Директор

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

# МЕНЮ

31 января 2023 г.

\*7-11

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		
<b>Завтрак</b>								
2011	14	*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	1	72,9	1,4	665	0
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180/30	33,6	17,7	45,4	481	0,4
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,7	3,7	23,8	147	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,9	0,5	38,9	184	0
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>45,2</b>	<b>94,8</b>	<b>109,5</b>	<b>1477</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200					0
<b>Итого</b>			<b>200</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2011		*ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	25	0,4	0,1	0,9	6	1
2010	6	*БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ ПТИЦЫ	300/24	10	6,8	15,5	164	10
2010	51	*КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/5	17,1	7,4	16,3	200	1,1
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	4,2	1,5	28,6	144	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>939</b>	<b>37</b>	<b>16,8</b>	<b>112,4</b>	<b>749</b>	<b>26</b>
<b>Полдник</b>								
2008	453	*ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ	105	8,2	3,7	71	351	0,2
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,4	62	0
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>8,4</b>	<b>3,7</b>	<b>86,4</b>	<b>413</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
1994	75	*ИКРА ОВОЩНАЯ	*100	1,6	7,1	8,8	107	3,9
2011	393	*СОСИСКИ ДЕТСКИЕ ОТВАРНЫЕ	57	6,1	13,2	0,2	144	0
2010	74	*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,4	1,9	33,4	180	0
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,4	62	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	98	7,3	0,6	47,8	226	0
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>22,6</b>	<b>22,8</b>	<b>105,6</b>	<b>719</b>	<b>3,9</b>
<b>УжинII</b>								
2008		*ЙОГУРТ	194	3,9	2,9	5,8	93	1,4
<b>Итого</b>			<b>194</b>	<b>3,9</b>	<b>2,9</b>	<b>5,8</b>	<b>93</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>117,1</b>	<b>141</b>	<b>419,7</b>	<b>3451</b>	<b>32,7</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

31 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	235/30	43,1	22,7	55,4	606	0,5
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,6	3,6	23,5	145	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	108	8,1	0,7	52,8	249	0
<b>Итого</b>			<b>588</b>	<b>57,3</b>	<b>135,8</b>	<b>133,8</b>	<b>1993</b>	<b>1,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200					0
<b>Итого</b>			<b>200</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2011		*ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	25	0,4	0,1	0,9	6	1
2010	6	*БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ ПТИЦЫ	350/28	11,3	7,8	17,9	187	11,8
2010	51	*КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/5	17,1	7	16,2	197	1,1
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>1063</b>	<b>40,7</b>	<b>18</b>	<b>129,8</b>	<b>846</b>	<b>31,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	453	*ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ	100	7,7	3,5	71,2	349	0,2
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,1	61	0
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>7,9</b>	<b>3,5</b>	<b>86,3</b>	<b>410</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
1994	75	*ИКРА ОВОЩНАЯ	100	1,5	7,3	9	109	3,8
2011	393	*СОСИСКИ ДЕТСКИЕ ОТВАРНЫЕ	57	6,1	13,3	0,2	145	0
2010	74	*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,8	2,3	40,1	216	0
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,1	61	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	108	8,1	0,7	52,8	249	0
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>24,7</b>	<b>23,6</b>	<b>117,2</b>	<b>780</b>	<b>3,8</b>
<b>УжинII</b>								
2008		*ЙОГУРТ	194	3,9	2,9	5,8	93	1,4
<b>Итого</b>			<b>194</b>	<b>3,9</b>	<b>2,9</b>	<b>5,8</b>	<b>93</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>134,5</b>	<b>183,8</b>	<b>472,9</b>	<b>4122</b>	<b>38</b>

 Главный бухгалтер Груздева Н.А.

 Медицинская сестра Белокурова Т.В.

 Шеф повар (повар) Смирнова Л. А.