

Согласовано



Директор

ГОУ ЯО Михайловская школа-интернат

Суходольская Л. В./

# МЕНЮ

8 февраля 2023 г.

\*7-11

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)	10	1	72,9	1,4	665	0
2008	213	*ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	6,5	3,7	26,6	165	0,7
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,7	3,7	23,6	147	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,9	0,5	38,9	184	0
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>23</b>	<b>85,3</b>	<b>90,8</b>	<b>1222</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200					0
<b>Итого</b>			<b>200</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	6	*МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	80/5	1,5	7,9	4,7	96	2
2010	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ	300/24	10,6	6,9	19	181	1,7
2011	408	*ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	15	4,7	5,7	148	11,4
2010	74	*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,4	1,9	33,5	180	0
1994	588	*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	78	5,1	0,9	30,9	154	0
<b>Итого</b>			<b>937</b>	<b>39,6</b>	<b>22,3</b>	<b>113,2</b>	<b>836</b>	<b>15,1</b>
<b>Полдник</b>								
2010	107	*БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА»	100	9,3	3,2	58,9	300	0,2
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15	61	0
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>9,5</b>	<b>3,2</b>	<b>73,9</b>	<b>361</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2011	35	*САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	80	1,5	8,3	11,7	128	6,2
2008	311	*ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	30,7	22,5	52,1	535	2,7
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>645</b>	<b>39,8</b>	<b>31,4</b>	<b>127,5</b>	<b>954</b>	<b>8,9</b>
<b>УжинII</b>								
1994		*СНЕЖОК	200	5,1	4,4	30,9	183	1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>30,9</b>	<b>183</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>117</b>	<b>146,6</b>	<b>436,3</b>	<b>3556</b>	<b>26,7</b>

Главный бухгалтер

Груздева Н.А.

Медицинская сестра

Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар)

Смирнова Л. А.

**МЕНЮ**

8 февраля 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
2008	213	*ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250/5	8,3	4,9	34	213	1
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,9	3,9	24,4	153	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	8,1	0,7	53,5	253	0
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>27,7</b>	<b>122,8</b>	<b>114,3</b>	<b>1673</b>	<b>1,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200					0
<b>Итого</b>			<b>200</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	6	*МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1,9	9,9	6	120	2,7
2010	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ	350/28	12,3	8	21,7	208	1,5
2011	408	*ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	15	4,8	5,5	148	11,3
2010	74	*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,8	2,3	40,2	216	0
1994	588	*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	98	6,5	1,2	38,8	194	0
<b>Итого</b>			<b>1056</b>	<b>44,5</b>	<b>26,2</b>	<b>131,6</b>	<b>963</b>	<b>15,5</b>
<b>Полдник</b>								
2010	107	*БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА»	100	9,3	2,7	59,5	299	0,2
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,1	62	0
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>9,5</b>	<b>2,7</b>	<b>74,6</b>	<b>361</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2011	35	*САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	100	1,8	10,4	14,7	159	7,7
2008	311	*ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	330	40,4	29,9	68	703	3,7
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,1	62	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	8,1	0,7	53,5	253	0
<b>Итого</b>			<b>755</b>	<b>50,5</b>	<b>41</b>	<b>151,3</b>	<b>1177</b>	<b>11,4</b>
<b>УжинII</b>								
1994		*СНЕЖОК	200	5,1	4,4	30,9	183	1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>30,9</b>	<b>183</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>137,3</b>	<b>197,1</b>	<b>502,7</b>	<b>4357</b>	<b>29,9</b>

Главный бухгалтер

Груздева Н.А.

Медицинская сестра

Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар)

Смирнова Л. А.