

Согласовано



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

МЕНЮ

15 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 | | |
| 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 | 28,4 | 164 | 0,5 |
| 2008 | 433 | *КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,3 | 4,3 | 22,9 | 152 | 0,8 |
| | | *ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 80 | 5,9 | 0,5 | 38,9 | 184 | 0 |
| Итого | | | 495 | 18,4 | 80,4 | 91,6 | 1165 | 1,3 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | | | | | 0 |
| Итого | | | 200 | | | | | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | *КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ПОРЦИОННАЯ | 50 | 1,5 | 0,1 | 3,1 | 19 | 2 |
| 2010 | 13 | *СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ | 300/24 | 10,6 | 6,9 | 18,4 | 178 | 1,2 |
| 2010 | 62 | *ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | 100 | 19,3 | 14,6 | 7,9 | 260 | 12,8 |
| 2010 | 82 | *КАПУСТА ТУШЁНАЯ | 200 | 4,5 | 0,2 | 19,7 | 102 | 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 | | | 954 | 41,2 | 22,8 | 100,2 | 794 | 58,6 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 424 | *БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 100 | 8,7 | 3,1 | 61,1 | 306 | 0,2 |
| 2008 | 430 | *ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | | 15 | 61 | 0 |
| Итого | | | 315 | 8,9 | 3,1 | 76,1 | 367 | 0,2 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2011 | | *ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ | 30 | 0,5 | 0,1 | 1 | 8 | 1,2 |
| 2010 | 49 | *РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ | 100 | 22,3 | 7,2 | 4,1 | 170 | 1 |
| 2010 | 78 | *КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 4,2 | 1,5 | 28,8 | 145 | 14 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,6 | 0,6 | 50,2 | 237 | 0 |
| 2011 | 376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | | 15 | 61 | 0 |
| Итого | | | 650 | 34,8 | 9,4 | 99,1 | 621 | 16,2 |
| УжинII | | | | | | | | |
| 1994 | | *СНЕЖОК | 200 | 5,1 | 4,4 | 30,9 | 183 | 1 |
| Итого | | | 200 | 5,1 | 4,4 | 30,9 | 183 | 1 |
| Всего | | | | 108,4 | 120,1 | 397,9 | 3130 | 77,3 |

Главный бухгалтер _____ Груздева Н.А.

Медицинская сестра _____ Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар) _____ Смирнова Л. А.

МЕНЮ

15 февраля 2023 г.

*12-18

| 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) | 15 | 1,5 | 108,8 | 2,1 | 993 | 0 |
| 2010 | 35 | *КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250/5 | 7,9 | 3,4 | 35,6 | 206 | 0,6 |
| 2008 | 433 | *КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,3 | 4,3 | 22,9 | 152 | 0,8 |
| | | *ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 110 | 8,1 | 0,7 | 53,5 | 253 | 0 |
| Итого | | | 580 | 22,8 | 117,2 | 114,1 | 1604 | 1,4 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | | | | | 0 |
| Итого | | | 200 | | | | | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | *КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ПОРЦИОННАЯ | 50 | 1,5 | 0,1 | 3,1 | 19 | 2 |
| 2010 | 13 | *СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ | 350/28 | 12,2 | 8 | 21,3 | 206 | 1,4 |
| 2010 | 62 | *ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | 100 | 19,4 | 14,7 | 7,9 | 262 | 12,8 |
| 2010 | 82 | *КАПУСТА ТУШЁНАЯ | 230 | 5,5 | 0,3 | 23 | 119 | 49 |
| 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 | | | 1058 | 45,2 | 24,3 | 114,3 | 881 | 65,2 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 424 | *БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 100 | 8,9 | 2,9 | 60,7 | 303 | 0,2 |
| 2008 | 430 | *ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | | 15,2 | 62 | 0 |
| Итого | | | 315 | 9,1 | 2,9 | 75,9 | 365 | 0,2 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2011 | | *ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ | 30 | 0,5 | 0,1 | 1 | 8 | 1,2 |
| 2010 | 49 | *РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ | 100 | 22,3 | 7,2 | 4,1 | 170 | 1 |
| 2010 | 78 | *КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250/5 | 5,3 | 1,9 | 35,8 | 181 | 17,4 |
| 2011 | 376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | | 15,2 | 62 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 110 | 8,4 | 0,7 | 55,2 | 261 | 0 |
| Итого | | | 710 | 36,7 | 9,9 | 111,3 | 682 | 19,6 |
| УжинII | | | | | | | | |
| 1994 | | *СНЕЖОК | 200 | 5,1 | 4,4 | 30,9 | 183 | 1 |
| Итого | | | 200 | 5,1 | 4,4 | 30,9 | 183 | 1 |
| Всего | | | | 118,9 | 158,7 | 446,5 | 3715 | 87,4 |

Главный бухгалтер

Груздева Н.А.

Медицинская сестра

Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар)

Смирнова Л. А.