



Директор

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

МЕНЮ

21 февраля 2023 г.

*7-11

Сборник рецептов	№ 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
2008	213	*ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	6,4	3,6	26,5	164	0,7
2008	433	*КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,2	4,3	23	152	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,9	0,5	38,9	184	0
Итого			535	23,4	85,8	90,1	1226	1,5
II Завтрак								
2011	372	*ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,5	46	4
Итого			100	0,4	0,4	9,5	46	4
Обед								
2011		*ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	31	0,5	0,1	1,1	8	1,3
2008	91	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	300	10,5	7	20,4	187	8,7
2011	455	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	20,4	20,3	19,5	343	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
Итого			916	40,9	29,9	120,8	918	24,7
Полдник								
2011	399	БЛИНЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	105	14,3	16,7	74	504	0,8
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,3	62	0
Итого			320	14,5	16,7	89,3	566	0,8
Ужин								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ ПОРЦИОННАЯ (КОНС.)	109	2,1	10,1	8,7	135	3,3
2011	393	*СОСИСКИ ДЕТСКИЕ ОТВАРНЫЕ	59	6,3	13,7	0,2	149	0
2010	74	*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,8	2,3	40,1	216	0
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,3	62	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,4	0,6	48,7	230	0
Итого			663	24,8	26,7	113	792	3,3
УжинII								
2008		*ЙОГУРТ	200	3,9	2,9	5,8	93	1,4
Итого			200	3,9	2,9	5,8	93	1,4
Всего				107,9	162,4	428,5	3641	35,7

Главный бухгалтер _____

Груздева Н.А.

Медицинская сестра _____

Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар) _____

Смирнова Л. А.

Согласовано

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

МЕНЮ

21 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		
Завтрак								
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	4,5	33,4	206	0,9
2008	433	*КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,2	4,2	22,6	151	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	8,1	0,7	53,5	253	0
Итого			620	27,7	122,7	111,9	1664	1,7
II Завтрак								
2011	372	*ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,5	46	4
Итого			100	0,4	0,4	9,5	46	4
Обед								
2011		*ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	31	0,5	0,1	1,1	8	1,3
2008	91	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	350	12,2	8,2	23,8	218	10,4
2011	455	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	20,4	20,2	19,5	342	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
Итого			1036	45	31,6	139,2	1024	29,9
Полдник								
2011	399	БЛИНЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	105	14,4	16,3	74,5	502	0,8
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,2	62	0
Итого			320	14,6	16,3	89,7	564	0,8
Ужин								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ ПОРЦИОННАЯ (КОНС.)	408	2,1	10,1	8,7	134	3,3
2011	393	*СОСИСКИ ДЕТСКИЕ ОТВАРНЫЕ	59	6,3	13,7	0,2	150	0
2010	74	*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	230	11,3	2,9	50,9	275	0
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,2	62	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	8,1	0,7	53,5	253	0
Итого			722	28	27,4	128,5	874	3,3
УжинII								
2008		*ЙОГУРТ	200	3,9	2,9	5,8	93	1,4
Итого			200	3,9	2,9	5,8	93	1,4
Всего				119,6	201,3	484,6	4265	41,1

Главный бухгалтер _____ Груздева Н.А.

Медицинская сестра _____ Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар) _____ Смирнова Л. А.