

Утверждаю

Директор
ГБОУ школа-интернат №22
Иванова И. Ю. /

МЕНЮ

6 октября 2026 г.

11-18 лет

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		
Завтрак								
2024	27	КАША "ДРУЖБА"	180	2,62	3,08	13,50	290,84	0,52
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	5,03	0,06	45,45	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	70	4,55	2,03	36,02	183,40	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,50	1,39	11,56	221,55	0,50
2012	368	БАНАН	100	1,51	0,51	16,79	84,42	0,00
Итого			556	10,24	12,04	77,93	825,66	1,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	1,16	20,58	104,80	0,00
Итого			240	3,60	1,36	40,38	190,80	4,00
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	6,90	80,00	39,00
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	6,78	5,55	4,93	203,39	5,42
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,48	5,58	28,03	176,71	25,09
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13,30	8,10	4,10	143,00	3,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3,02	0,53	25,44	122,38	0,00
	ТК№	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	6,20	2,70	4,70	171,00	3,40
Итого			910	34,38	27,56	74,10	896,48	75,91
Полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	2,17	3,61	12,11	128,29	0,01
2008	434	МОЛОКО 3,2%-0,2 ИНД.УПАК	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
Итого			380	8,27	8,91	22,21	241,29	3,01
Ужин								
2024	49	МАНДАРИН	50	0,40	0,10	3,75	19,00	19,00
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	250	13,29	9,25	12,38	293,34	31,55
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,27	0,05	38,63	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	80	5,20	2,32	41,16	209,60	0,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3,02	0,53	25,44	122,38	0,00
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,35	0,01	9,56	40,91	1,18
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,60	5,80	3,00	91,20	3,80
Итого			752	23,91	22,28	95,34	815,06	55,53
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР	200	0,00	0,00	0,00	200,00	0,00
Итого			200	0,00	0,00	0,00	200,00	0,00
Всего				80,40	72,15	309,96	3 169,29	139,47

Медицинская сестра Вол Волкова О.Н.Повар М Малая С.Б.