

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 октября 2026 г.

7-10 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"	160	5,00	6,00	23,00	180,00	1,85
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,00	4,08	0,00	37,74	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,00	0,00	9,00	42,00	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,00	3,00	11,00	85,00	0,00
2012	368	БАНАН	100	1,00	0,00	23,00	89,00	0,00
Итого			505	11,00	13,08	66,00	433,74	1,85
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,00	20,00	92,00	1,60
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,00	0,00	9,00	42,00	0,00
Итого			220	2,00	0,00	29,00	134,00	1,60
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	2,00	6,00	8,00	102,00	39,00
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	2,00	8,00	23,00	159,00	5,21
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	3,00	4,00	23,00	142,00	20,91
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90	8,00	4,00	13,00	122,00	2,70
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,00	0,00	8,00	42,00	0,00
	ТК№	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	1,00	0,00	10,00	44,00	3,40
Итого			800	18,00	22,00	85,00	611,00	71,22
Полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160	15,00	18,00	38,00	340,00	0,00
2008	434	МОЛОКО 3,2%-0,2 ИНД.УПАК	200	2,00	1,00	26,00	114,00	3,00
Итого			360	17,00	19,00	64,00	454,00	3,00
Ужин								
2024	49	МАНДАРИН	50	1,00	0,00	4,00	19,00	19,00
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	240	13,00	18,00	24,00	317,00	43,21
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,00	4,12	0,00	38,11	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	1,00	0,00	9,00	42,00	0,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,00	0,00	4,00	21,00	0,00
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,00	0,00	6,00	26,00	0,87
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	80	9,00	3,00	18,00	140,00	3,04
Итого			682	25,00	25,12	65,00	603,11	66,12
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	4,00	0,00	26,00	116,00	0,00
Итого			200	4,00	0,00	26,00	116,00	0,00
Всего				77,00	79,20	335,00	2 351,85	143,79

Медицинская сестра Вол Волкова О.Н.

Повар М Малая С.Б.