

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 мая 2024 г.

7-10 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	18	4,3	5,5		68	0,1
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,1	3,8	14,4	265	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,2	0,1	38	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	60	0,7	1,1	14,4	120	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,7	1,8	10,7	227	0,5
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	185	1,5	0,4	13,9	70	70,3
Итого			648	14,3	16,8	53,5	788	71,2
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	206	2,4	2,4	4,6	100	0,5
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	50	0,6	1	12	100	0
Итого			256	3	3,4	16,6	200	0,5
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0,1	2,4	14	4
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ, СО СМЕТАНОЙ	200/10/10	5,1	2,9	18,9	166	14,5
2008	283	ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	100	7,4	8,4	9	240	1,52
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	180	3,2	3,3	17,3	204	14,9
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	0,6	0,4	5	53	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,8	31	0
Итого			850	17,1	15,1	60,4	708	34,92
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	92	4
Итого			200	1	0,2	20,2	92	4
Ужин								
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	115	10,3	10,8	1,6	229	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,2	0,1	38	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	52	0,6	1	12,5	104	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	30	0,4	0,3	3	32	0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	25	1,5	1,2	18,9	127	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,2		10,1	41	0,04
Итого			422	13	17,5	46,2	571	0,24
Всего				48,4	53	196,9	2359	110,86

Медицинская сестра Волкова О.Н.

Повар _____