Утверждаю

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

МЕНЮ

24 мая 2024 г.

11-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	25	2,8	3,3		41	0,2
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,7	3,9	33,4	388	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		1,5		33	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	150	1,8	2,9	36	300	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,1	0,9	11,4	157	0,3
Итого			**581**	**11,4**	**12,5**	**80,8**	**919**	**1,1**
II Завтрак								
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	200	0,8	0,6	20,6	94	10
2008		ЙОГУРТ 2,5% ФРУКТОВЫЙ	125				500	0
Итого			**325**	**0,8**	**0,6**	**20,6**	**594**	**10**
Обед								
2008	Т/К 40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	130	2,8	2,2	8,3	95	18,5
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СМЕТАНОЙ	250/18/7	2	1,2	12	86	5,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	280	16	13,4	27,6	464	14,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	116	1,4	1	11,7	123	0
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	6,2	2,3	3,9	171	0
Итого			**1001**	**28,4**	**20,1**	**63,5**	**939**	**38,3**
Полдник								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	100	1,9	1,9	42,7	97	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	92	4
Итого			**300**	**2,9**	**2,1**	**62,9**	**189**	**4**
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	200/0/25	1,5	1,9	19,5	117	3,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		1,3		28	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	40	0,5	0,8	9,6	80	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	20	0,2	0,2	2	21	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,5		10,7	46	1,2
Итого			**497**	**2,7**	**4,2**	**41,8**	**292**	**4,4**
Всего				**46,2**	**39,5**	**269,6**	**2933**	**57,8**

Медицинская сестра _____ Волкова О.Н.

Повар _____