

Утверждаю

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



# МЕНЮ

22 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	14	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	18	2	2,3		30	0,1
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,2	3,3	30	335	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	38	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	77	0,9	1,5	18,5	154	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,9	0,7	11,1	128	0,2
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>9</b>	<b>11,9</b>	<b>59,7</b>	<b>685</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	200	0,8	0,6	20,6	94	10
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,6</b>	<b>20,6</b>	<b>94</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2008	Т/К 40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,6	1,7	5,3	66	10,2
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СМЕТАНОЙ	200/18/7	2,1	1	12	84	5,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	260				430	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	0,5	0,4	4	42	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,3	0,1	15,1	63	0,2
<b>Итого</b>			<b>825</b>	<b>4,5</b>	<b>3,2</b>	<b>36,4</b>	<b>685</b>	<b>15,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	50	1	1	22	50	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	92	4
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>2</b>	<b>1,2</b>	<b>42,2</b>	<b>142</b>	<b>4</b>
<b>Ужин</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	200/0/20	1,6	1,9	19,4	118	3,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	38	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	40	0,5	0,4	4	42	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,3		8,4	36	1,1
<b>Итого</b>			<b>507</b>	<b>2,9</b>	<b>7,2</b>	<b>41,5</b>	<b>314</b>	<b>4,3</b>
<b>Всего</b>				<b>19,2</b>	<b>24,1</b>	<b>200,4</b>	<b>1920</b>	<b>34,8</b>

Медицинская сестра Вол Волкова О.Н.

Повар [Signature]