

Утверждаю

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



# МЕНЮ

26 ноября 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	2,80	3,10	14,10	296,23	0,52
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,15	0,05	37,59	0,00
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	75	0,90	1,43	18,00	150,00	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,98	0,73	11,24	137,86	0,26
2208	К/К	БАНАН СВЕЖИЙ	170	2,55	0,85	35,70	163,20	17,00
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>7,26</b>	<b>10,26</b>	<b>79,09</b>	<b>784,88</b>	<b>17,78</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,20</b>	<b>20,20</b>	<b>92,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	Т/К 40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,56	1,66	4,22	61,61	10,16
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, С МЯСОМ	200	4,64	3,60	10,68	139,83	5,08
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,45	1,91	27,93	189,36	14,11
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	110	14,63	8,91	4,51	200,00	3,30
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	0,49	0,35	4,00	42,00	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	0,45	0,14	17,61	75,46	0,24
<b>Итого</b>			<b>830</b>	<b>25,22</b>	<b>16,57</b>	<b>68,95</b>	<b>708,26</b>	<b>32,89</b>
<b>Полдник</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170	2,31	3,50	12,31	126,26	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	9,70	0,00	34,89	178,33	2,00
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>12,01</b>	<b>3,50</b>	<b>47,20</b>	<b>304,59</b>	<b>2,00</b>
<b>Ужин</b>								
	К/К	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПЕРЦЕВ	100	0,92	1,32	3,76	47,76	121,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,15	0,05	37,59	0,00
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	13,16	10,16	14,68	342,88	29,06
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	50	0,60	0,95	12,00	100,00	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	0,49	0,35	4,00	42,00	0,00
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,25	0,01	8,41	35,88	1,15
<b>Итого</b>			<b>637</b>	<b>15,45</b>	<b>16,94</b>	<b>42,90</b>	<b>606,11</b>	<b>151,21</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008	К/К	КЕФИР ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ 3,2%-0,208	208	0,00	0,00	0,00	208,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>208</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>208,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>60,94</b>	<b>47,47</b>	<b>258,34</b>	<b>2 703,84</b>	<b>207,88</b>

Медицинская сестра

Волкова О.Н.

Повар