

Согласовано

Директор
ГБОУ ЛО "Южковская школа-интернат"
_____ /Радченко Ж.В./

МЕНЮ

3 октября 2022 г.

11-18 лет

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------|---------------|--|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | 300 | 4,8 | 3,4 | 35,6 | 193 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,1 | 8,4 | 7,5 | 110 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 2,7 | 2,8 | 14,7 | 95 |
| Итого | | | | 8,6 | 14,6 | 57,8 | 398 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | | БАТОН ПРОСТОЙ | 66 | 3,8 | 1,5 | 24,6 | 128 |
| 2008 | 442 | СОК | 200 | 0,6 | | 33 | 136 |
| Итого | | | | 4,4 | 1,5 | 57,6 | 264 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | | ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ | 60 | 2,8 | 0,5 | 17,4 | 81 |
| 2008 | 50 | САЛАТ "СВЕКОЛКА" | 100 | 1,4 | 0,1 | 8,1 | 38 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КОНСЕРВИРОВАННОЙ РЫБОЙ И СМЕТАНОЙ | 270 | 14,9 | 10,7 | 20,4 | 238 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ТУШЕННЫМ МЯСОМ | 250 | 15,6 | 16,8 | 27,7 | 324 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ ДЖЕМА | 200 | 0,1 | | 24,6 | 97 |
| Итого | | | | 34,8 | 28,1 | 98,2 | 778 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 2,9 | 1,1 | 18,7 | 97 |
| Итого | | | | 8,5 | 7,3 | 27,8 | 213 |
| Ужин | | | | | | | |
| 2008 | | ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ | 60 | 2,8 | 0,5 | 17,4 | 81 |
| 2008 | 260 | АЗУ С КУРОЙ | 250 | 28,9 | 29,9 | 34 | 521 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 80 | 8,4 | 10,7 | 1,8 | 136 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,1 | 8,4 | 7,5 | 110 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 14,8 | 59 |
| Итого | | | | 41,3 | 49,5 | 75,5 | 907 |
| Всего | | | | 97,6 | 101 | 316,9 | 2560 |

_____ Кладовщик Жидикина Л.И.

Диетсестра _____ Диетсестра Гресс Л.Н.

Повар _____ Орлова Е.Ю / Галуц И.М

Согласовано

Директор
ГБОУ ЛО "Юкковская школа-интернат"
_____/Радченко Ж.В./

МЕНЮ

3 октября 2022 г.

7-10 лет

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|--|-------|-------------------|-------------|---------------|---------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 4,2 | 3,3 | 28,6 | 161 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,1 | 8,4 | 7,5 | 110 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 2,7 | 2,8 | 14,7 | 95 |
| Итого | | | | 8 | 14,5 | 50,8 | 366 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | | БАТОН ПРОСТОЙ | 37 | 2,2 | 0,8 | 13,8 | 72 |
| 2008 | 442 | СОК | 200 | 0,6 | | 33 | 136 |
| Итого | | | | 2,8 | 0,8 | 46,8 | 208 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | | ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ | 40 | 1,9 | 0,3 | 11,6 | 54 |
| 2008 | 50 | САЛАТ "СВЕКОЛКА" | 100 | 1,4 | 0,1 | 8,1 | 38 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КОНСЕРВИРОВАННОЙ РЫБОЙ И СМЕТАНОЙ | 250 | 14,9 | 10,7 | 20,4 | 238 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ТУШЕННЫМ МЯСОМ | 230 | 16,6 | 18,1 | 25 | 330 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ ДЖЕМА | 200 | 0,1 | | 24,6 | 97 |
| Итого | | | | 34,9 | 29,2 | 89,7 | 757 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2008 | 435 | МОЛОКО | 200 | 5,8 | 6,4 | 9,4 | 120 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 2,9 | 1,1 | 18,7 | 97 |
| Итого | | | | 8,7 | 7,5 | 28,1 | 217 |
| Ужин | | | | | | | |
| 2008 | | ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ | 40 | 1,9 | 0,3 | 11,6 | 54 |
| 2008 | 260 | АЗУ С КУРОЙ | 230 | 28,3 | 29,9 | 30,6 | 504 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,1 | 8,4 | 7,5 | 110 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 80 | 8,4 | 7,8 | 1,8 | 110 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 9,9 | 40 |
| Итого | | | | 39,8 | 46,4 | 61,4 | 818 |
| Всего | | | | 94,2 | 98,4 | 276,8 | 2366 |

Кладовщик Жидикина Л.И.

Диетсестра _____ Диетсестра Гресс Л.Н.

Повар _____ Орлова Е.Ю / Галуц И .М