

Утверждаю

ГКОУ "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 16" Кондратенко Е. А./



Директор

МЕНЮ

11 января 2024 г.

7-10 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2011	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) 72,5%	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2011	15	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	15	3,38	4,30	0,00	52,96	0,04
2011	120	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	12,14	7,63	52,30	327,64	0,91
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,14	2,43	17,18	103,72	0,52
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			545	23,74	23,09	102,38	714,77	1,47
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ	26	0,73	0,86	20,10	92,04	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,20	0,00	25,70	105,00	13,00
Итого			226	0,93	0,86	45,80	197,04	13,00
Обед								
2011	73	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,20	5,62	4,86	75,03	1,82
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЧЕЧЕВИЦЕЙ	250	11,75	5,73	29,75	217,95	4,65
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	3,04	9,15	14,36	152,17	0,12
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	3,14	5,23	21,36	145,66	10,38
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	15,49	61,92	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,44	0,36	29,21	137,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			855	26,22	26,44	131,99	872,14	16,97
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	200	0,80	0,80	19,60	93,99	20,00
2008		ПРЯНИКИ	55	3,25	2,59	41,25	201,30	0,00
Итого			255	4,05	3,39	60,85	295,29	20,00
Ужин								
2011	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) 72,5%	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2011	74	ИКРА ОВОЩНАЯ	60	1,06	2,73	6,06	53,26	2,70
2011	265	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	200/90	20,57	21,05	31,78	399,07	1,45
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	1,00
Итого			820	31,96	34,45	74,27	739,81	5,15
Всего				86,90	88,23	415,29	2 819,05	56,59

Повар _____

Утверждаю

ГКОУ "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 16"
Кондратенко Е. А./



Директор

МЕНЮ

11 января 2024 г.

11-18 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								
2011	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) 72,5%	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2011	15	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	15	3,38	4,30	0,00	52,96	0,04
2011	120	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	300	11,85	8,81	45,29	309,12	1,09
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,14	2,43	17,14	103,60	0,52
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,44	0,36	29,21	137,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			635	26,17	24,59	112,92	780,29	1,65
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,20	0,00	25,70	105,00	13,00
Итого			230	1,04	0,99	48,89	211,20	13,00
Обед								
2011	73	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	2,08	9,74	8,43	130,21	3,16
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЧЕЧЕВИЦЕЙ	300	13,15	6,81	33,91	250,08	5,58
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	3,38	23,73	15,96	291,25	0,14
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200/5	4,20	7,00	28,49	194,21	13,84
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	15,49	61,92	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,92	0,49	38,94	183,78	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			1035	32,04	48,21	162,42	1 213,43	22,72
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	200	0,80	0,80	19,60	93,99	20,00
2008		ПРЯНИКИ	55	3,25	2,59	41,25	201,30	0,00
Итого			255	4,05	3,39	60,85	295,29	20,00
Ужин								
2011	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) 72,5%	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2011	74	ИКРА ОВОЩНАЯ	100	1,62	4,53	9,13	84,41	3,76
2011	265	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	250/100	23,59	24,54	54,85	534,51	0,60
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,44	0,36	29,21	137,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	1,00
Итого			940	37,02	39,86	110,15	952,34	5,36
Всего				100,32	117,04	495,23	3 452,55	62,73

Повар _____