

Утверждаю

Директор
ГБОУ ЛО "Мгинская школа-интернат для детей с нарушениями зрения"
_____/Климакин В.А./

МЕНЮ
24 мая 2024 г.

6-ти разовое питание для обучающихся 7-11 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,50	7,40	35,60	251,00
2013	501	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	200	3,20	2,70	15,90	79,00
2013	111	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,20	20,60	105,00
2013	105	МАСЛО сливочное	10	0,10	8,30	0,10	75,00
2013	100	СЫР сычужный твердый (ПОРЦИЯМИ)	22	5,60	5,70	0,00	75,00
Итого				20,40	25,30	72,20	585,00
II Завтрак							
2013	518	СОК	200	0,00	0,00	22,40	90,00
2013	111	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,20	20,60	105,00
2013		ЯБЛОКО	110	0,40	0,40	10,80	52,00
Итого				3,40	1,60	53,80	247,00
Обед							
2008	76	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ	200	6,90	6,80	12,20	147,00
2008	49	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	12,60	3,60	8,80	115,00
2008	84	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	3,60	4,90	26,70	162,00
2013	107	ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ	60	0,50	0,10	1,00	8,00
2013	110	ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ (ржано-пшеничный)	40	2,60	0,50	13,60	72,00
2013	138	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫХ (вишня)	200	0,10	0,00	8,70	35,00
Итого				26,30	15,90	71,00	539,00
Полдник							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,10	0,00	15,00	57,00
2013		ПЕЧЕНЬЕ	40	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого				0,10	0,00	15,00	57,00
Ужин							
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	90	14,90	13,20	7,30	227,00
2013	218	ЗАПЕКАНКА капустная	200	7,90	8,30	26,60	222,00
2013	59	САЛАТ из свеклы с чесноком	80	1,20	8,10	6,80	105,00
2013	111	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,20	20,60	105,00
2013	110	ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ (ржано-пшеничный)	40	2,60	0,50	13,60	72,00
2013	105	МАСЛО сливочное	10	0,10	8,30	0,10	75,00
2013	520	НАПИТОК клюквенный	200	0,10	0,00	9,80	41,00
Итого				29,80	39,60	84,80	847,00
II УЖИН							
2013	142	РЯЖЕНКА	180	0,00	0,00	0,00	0,00
2013	111	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого				0,00	0,00	0,00	0,00

Всего	80,00	82,40	296,80	2 275,00
-------	-------	-------	--------	----------

Диетсестра _____ Науменко О.Ю.
