

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 детей-сирот 12 лет и старше

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	60	4,50	1,70	30,80	157,00
2013	105	МАСЛО сливочное	15	0,10	12,40	0,10	112,00
2013	100	СЫР сычужный твердый (ПОРЦИЯМИ)	30	7,60	7,80	0,00	102,00
Итого				23,90	32,00	82,40	701,00
II Завтрак							
2013	518	СОК	200	0,00	0,00	22,40	90,00
2013	111	БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,80	1,50	25,70	131,00
2013		ЯБЛОКО	200	0,80	0,80	19,60	94,00
Итого				4,60	2,30	67,70	315,00
Обед							
2008	76	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ	300	9,20	8,50	20,00	204,00
2008	49	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	14,00	4,00	9,80	128,00
2008	84	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	250	5,10	6,80	37,10	226,00
2013	106	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,50	0,10	1,50	8,00
2013	110	ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ (ржано-пшеничный)	100	6,60	1,20	34,00	181,00
2013	138	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫХ (вишня)	200	0,10	0,00	8,70	35,00
Итого				35,50	20,60	111,10	782,00
Полдник							
2013	515	МОЛОКО кипячёное	200	5,80	5,00	9,60	106,00
2013		ВАФЛИ	100	2,80	3,30	77,30	354,00
Итого				8,60	8,30	86,90	460,00
Ужин							
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	16,50	14,60	8,10	252,00
2013	218	ЗАПЕКАНКА капустная	200	7,90	8,30	26,60	221,00
2013	59	САЛАТ из свеклы с чесноком	100	1,50	10,10	8,50	131,00
2013	111	БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,80	1,50	25,70	131,00
2013	110	ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ (ржано-пшеничный)	50	3,30	0,60	16,90	90,00
2013	105	МАСЛО сливочное	15	0,10	12,40	0,10	112,00
2013		НАПИТОК клюквенный	200	0,10	0,00	20,70	83,00
Итого				33,20	47,50	106,60	1 020,00
II УЖИН							
2013	517	ЙОГУРТ	190	5,30	4,80	8,60	107,00
2013	111	БАТОН НАРЕЗНОЙ	80	6,00	2,30	41,20	210,00
Итого				11,30	7,10	49,80	317,00

Всего	117,10	117,80	504,50	3 595,00
-------	--------	--------	--------	----------

Диетсестра _____ Науменко О.Ю.
