

Утверждаю

Директор  
ГБОУ школа-интернат №2 Кировского р-на  
/Бейнарович К.К./



**МЕНЮ**  
**27 декабря 2024 г.**  
**Интернат 7-11**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	5,60	7,09	26,44	192,52	0,52
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	200	3,75	3,01	19,58	121,64	0,52
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>16,95</b>	<b>21,30</b>	<b>97,52</b>	<b>651,16</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН (банан)	250	3,75	1,25	52,50	240,00	25,00
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	4,78	7,46	18,76	161,85	0,55
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ (кисломол. продукт с бифидофлорой 2,5% жирности)	200	6,80	5,00	11,00	122,00	1,40
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>19,13</b>	<b>23,41</b>	<b>108,04</b>	<b>729,65</b>	<b>26,95</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	100	1,06	5,17	3,81	67,20	18,16
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ (томатная паста, свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, говядина б/к, сметана 15% жирности, соль йодированная)	250/30/8	6,17	7,39	15,11	156,01	12,45
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое)	90	10,27	9,70	0,08	128,31	0,00
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	200	4,18	9,75	24,55	203,32	11,46
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, сушеные абрикосы без косточки (курага), слива сушеная (чернослив), виноград сушеный (изюм))	200	0,62	0,11	34,58	142,85	0,18
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
<b>Итого</b>			<b>978</b>	<b>28,92</b>	<b>33,00</b>	<b>120,52</b>	<b>901,65</b>	<b>42,25</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	200	1,60	0,00	19,60	90,00	50,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, виноград сушеный (изюм))	75	8,94	4,51	64,10	332,65	0,00
<b>Итого</b>			<b>275</b>	<b>10,54</b>	<b>4,51</b>	<b>83,70</b>	<b>422,65</b>	<b>50,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	234	РЫБА ЖАРЕНАЯ С ЛУКОМ (рыба филе сайда, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый)	100/15	20,52	10,96	8,79	216,25	1,26
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное)	200	3,19	7,51	20,73	164,48	13,93
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, чай черный байховый)	200/6	0,15	0,01	19,73	80,59	0,98
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>581</b>	<b>27,66</b>	<b>28,18</b>	<b>75,03</b>	<b>667,12</b>	<b>16,17</b>
<b>Всего</b>				<b>103,20</b>	<b>110,40</b>	<b>484,81</b>	<b>3 372,23</b>	<b>136,41</b>

Шеф повар (зав. производством)



**МЕНЮ**  
 26 декабря 2024 г.  
 Интернат 7-11

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ <small>(крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	200	4,49	6,71	20,04	158,50	0,55
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(сахар песок, чай черный байховый)</small>	200	0,39	0,00	15,33	62,86	0,08
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микронутриентами)</small>	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>12,48</b>	<b>17,91</b>	<b>86,87</b>	<b>558,36</b>	<b>0,63</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ <small>(творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш. сорт)</small>	130/50	28,13	19,21	18,69	367,93	0,41
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК <small>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)</small>	200	3,21	2,43	21,27	120,36	0,52
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микронутриентами)</small>	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ <small>(сок фруктовый)</small>	200	1,55	0,00	19,01	87,30	20,00
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>36,64</b>	<b>23,09</b>	<b>84,67</b>	<b>706,59</b>	<b>20,93</b>
<b>Обед</b>								
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ СЫРОМ И РАСТ. МАСЛОМ <small>(свекла, чеснок, масло подсолнечное рафинированное, сыр российский)</small>	110	5,14	14,28	10,75	192,69	5,01
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ <small>(капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, капуста цветная, соль йодированная)</small>	250	3,33	3,33	15,06	104,14	18,33
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ <small>(куры потрош. 1 категории, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, куриная грудка)</small>	100	24,49	49,91	10,21	587,97	0,56
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ <small>(мука пшеничная высш. сорт, сметана 15% жирности)</small>	50	1,30	1,59	7,12	52,38	0,01
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>(крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	150	6,08	5,59	27,45	184,17	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ <small>(лимон, сахар песок)</small>	200	0,10	0,01	23,54	96,45	1,73
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small>	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
<b>Итого</b>			<b>960</b>	<b>47,06</b>	<b>75,59</b>	<b>136,52</b>	<b>1 421,76</b>	<b>25,64</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 <small>(молоко пастер. 3,2% жирности)</small>	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
2008		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье сдобное)</small>	65	4,81	6,11	47,52	264,55	0,00
<b>Итого</b>			<b>265</b>	<b>10,44</b>	<b>12,32</b>	<b>56,64</b>	<b>380,95</b>	<b>1,04</b>
<b>Ужин</b>								
2008		АПЕЛЬСИН <small>(апельсин)</small>	200	1,40	1,40	34,40	165,40	35,20
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ <small>(огурцы грунтовые)</small>	110	0,89	0,11	2,77	15,53	11,09
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ <small>(говядина б/х, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый)</small>	100	15,40	17,23	6,32	241,71	0,37
2008	154	ОЛАДЫ ИЗ КАБАЧКОВ <small>(кабачки, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), сахар песок, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное)</small>	150	5,59	10,85	34,02	256,38	9,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(сахар песок, чай черный байховый)</small>	200	0,10	0,00	14,72	59,25	0,02
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микронутриентами)</small>	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>820</b>	<b>27,18</b>	<b>39,29</b>	<b>118,01</b>	<b>944,07</b>	<b>55,68</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ <small>(кисломол. продукт с бифидофлорой 2,5% жирности)</small>	200	6,80	5,00	11,00	122,00	1,40
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,80</b>	<b>5,00</b>	<b>11,00</b>	<b>122,00</b>	<b>1,40</b>
<b>Всего</b>				<b>140,60</b>	<b>173,20</b>	<b>493,71</b>	<b>4 133,73</b>	<b>105,32</b>



Директор  
ГБОУ школа-интернат №2 Кировского р-на  
/Бейнарович К.К./

**МЕНЮ**  
25 декабря 2024 г.  
Интернат 7-11

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	100	10,78	13,72	1,98	174,59	0,16
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок)	200	2,65	1,94	20,33	109,88	0,42
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>18,03</b>	<b>26,16</b>	<b>67,69</b>	<b>584,27</b>	<b>20,58</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,05	6,96	23,06	175,61	0,52
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	200	4,60	3,73	20,97	137,35	0,68
2008	5	БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ ПК (колбаса полтавская, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами, масло сладко-сливочное несоленое)	100/50/10	15,67	29,17	51,48	531,42	0,00
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>26,12</b>	<b>40,66</b>	<b>115,11</b>	<b>938,38</b>	<b>21,20</b>
<b>Обед</b>								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С РАСТ. МАСЛОМ (огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное)	100	0,73	10,08	2,28	102,64	9,10
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, говядина б/к, соль йодированная)	250/20/10	6,60	7,83	15,55	164,46	17,53
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ (масло сладко-сливочное несоленое, говядина б/к, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами, яйца куриные (шт.))	100	12,88	14,85	5,21	205,73	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ (мука пшеничная высш. сорт, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное)	50	1,28	3,04	7,70	63,51	0,90
2008	211	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,37	4,64	34,23	200,21	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (виноград сушеный (изюм), сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, слива сушеная (чернослив))	200	0,63	0,10	33,95	140,14	0,17
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
<b>Итого</b>			<b>980</b>	<b>34,11</b>	<b>41,42</b>	<b>141,31</b>	<b>1 080,65</b>	<b>27,70</b>
<b>Полдник</b>								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи, масло подсолнечное рафинированное)	100	7,34	13,92	54,90	373,97	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	200	1,60	0,00	19,60	90,00	50,00
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>8,94</b>	<b>13,92</b>	<b>74,50</b>	<b>463,97</b>	<b>50,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008		МАНДАРИН (мандарин)	120	0,96	0,24	9,00	45,60	45,60
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	110	0,88	0,11	1,87	14,30	5,50
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (рыба филе сайда, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	90/50	15,64	3,80	4,92	117,28	1,88
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ СО СЛ. МАСЛОМ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое)	200	3,81	4,77	30,88	181,93	15,60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	200	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>830</b>	<b>25,28</b>	<b>18,62</b>	<b>87,38</b>	<b>625,37</b>	<b>68,62</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ (кисломол. продукт с бифидофлорой 2,5% жирности)	200	6,80	5,00	11,00	122,00	1,40
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,80</b>	<b>5,00</b>	<b>11,00</b>	<b>122,00</b>	<b>1,40</b>
<b>Всего</b>				<b>119,28</b>	<b>145,78</b>	<b>496,99</b>	<b>3 814,64</b>	<b>189,50</b>

Шеф повар (зав. производством)

Утверждаю



Директор

БОУ школа-интернат №2 Кировского р-на  
/Бейнарович К.К./

**МЕНЮ**  
**24 декабря 2024 г.**  
**Интернат 7-11**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ (овсяные хлопья "Геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	4,78	7,46	18,76	161,85	0,55
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	200	3,19	2,52	18,64	111,16	0,42
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>15,52</b>	<b>21,13</b>	<b>88,88</b>	<b>609,81</b>	<b>0,97</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	150	1,05	1,05	25,80	124,05	26,40
2008		СЫРКИ ГЛАЗИРОВАННЫЕ (сырки глазированные)	90	9,25	9,86	31,43	251,51	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,21	2,43	21,27	120,36	0,52
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>21,01</b>	<b>16,24</b>	<b>129,90</b>	<b>757,92</b>	<b>26,92</b>
<b>Обед</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	100	1,10	0,20	3,80	24,00	25,00
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С РЫБОЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, рыба горбуша потрошенная с головой, соль йодированная)	300/50/10	15,10	8,83	10,44	186,28	3,75
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говядя печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.))	100	17,92	7,84	7,20	172,80	12,90
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	200	4,18	9,75	24,55	203,32	11,46
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на фруктовых экстрактах, сахар песок)	200	0,00	0,00	17,40	69,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
<b>Итого</b>			<b>1060</b>	<b>44,92</b>	<b>27,50</b>	<b>105,78</b>	<b>859,94</b>	<b>53,11</b>
<b>Полдник</b>								
		БУЛОЧКА СЛОЕНАЯ (булка ярославская сдобная)	100	7,37	5,14	52,09	285,18	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	200	1,60	0,00	19,60	90,00	50,00
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>8,97</b>	<b>5,14</b>	<b>71,69</b>	<b>375,18</b>	<b>50,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
20087		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ КУСОМ (перец красный сладкий)	110	1,14	0,00	4,32	22,90	90,80
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (куры потрош. 1 категории, чеснок)	150	21,72	21,85	0,49	285,02	0,95
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок)	50	0,89	2,94	3,96	45,84	0,10
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,42	8,49	35,61	232,45	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, чай черный байховый)	200/4	0,14	0,00	14,86	60,83	0,79
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>849</b>	<b>29,84</b>	<b>42,86</b>	<b>86,87</b>	<b>857,84</b>	<b>107,64</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ (кисломол. продукт с бифидофлорой 2,5% жирности)	200	6,80	5,00	11,00	122,00	1,40
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,80</b>	<b>5,00</b>	<b>11,00</b>	<b>122,00</b>	<b>1,40</b>
<b>Всего</b>				<b>127,06</b>	<b>117,87</b>	<b>494,12</b>	<b>3 582,69</b>	<b>240,04</b>

Шеф повар (зав. производством) \_\_\_\_\_



Директор  
ГБОУ школа-интернат №2 Кировского р-на  
Бейнарович К.К./

## МЕНЮ

23 декабря 2024 г.  
Интернат 7-11

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>II Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,72	7,96	24,64	197,66	0,68
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок)	200	0,82	0,34	31,08	146,28	100,00
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микроэлементами)	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
к/к	к/к	БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ (биойогурт 2,5 - 3,2% жирности)	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
<b>Итого</b>			<b>615</b>	<b>19,09</b>	<b>22,83</b>	<b>114,45</b>	<b>755,74</b>	<b>101,56</b>
<b>Обед</b>								
2008		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ (кукуруза)	80	7,99	3,80	46,56	252,20	2,24
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (говядина б/к, сметана 15% жирности, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	300	6,06	7,92	15,22	161,01	3,95
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	200	12,21	17,71	14,12	265,86	24,88
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (виноград сушеный (изюм), сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, слива сушеная (чернослив))	200	0,63	0,10	33,95	140,14	0,17
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
<b>Итого</b>			<b>880</b>	<b>33,51</b>	<b>30,41</b>	<b>152,24</b>	<b>1 023,17</b>	<b>31,24</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сдобное)	65	4,81	6,11	47,52	264,55	0,00
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 (молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>11,24</b>	<b>13,12</b>	<b>76,24</b>	<b>474,95</b>	<b>21,04</b>
<b>Ужин</b>								
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	150	1,32	0,38	12,22	64,67	90,24
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	110	1,26	0,23	4,35	27,50	28,65
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.))	1	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	211	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (макаронные изделия высш. сорт, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое)	170/18	9,47	12,23	34,25	286,16	0,05
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	200	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микроэлементами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	200	1,60	0,00	19,60	90,00	50,00
<b>Итого</b>			<b>909</b>	<b>22,60</b>	<b>27,03</b>	<b>111,40</b>	<b>795,88</b>	<b>168,98</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ (кисломол. продукт с бифидофлорой 2,5% жирности)	200	6,80	5,00	11,00	122,00	1,40
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,80</b>	<b>5,00</b>	<b>11,00</b>	<b>122,00</b>	<b>1,40</b>
<b>Всего</b>				<b>93,24</b>	<b>98,39</b>	<b>465,33</b>	<b>3 171,74</b>	<b>324,22</b>

Шеф повар (зав. производством) \_\_\_\_\_