



Утверждаю

Директор

ГБОУ школа-интернат №22 Кировского р-на
/Бейнарович К.К./

МЕНЮ

28 апреля 2025 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		
II Завтрак								
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 вареная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,72	7,96	24,64	197,66	0,55
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон карамельный пшеница высшего сорта обогащенный микроэлементами)	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
к/к	к/к	БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ (йогурт 2,5 - 3,2% жирности)	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	200	0,16	0,00	14,93	60,46	0,04
Итого			615	18,46	22,49	98,30	669,92	1,60
Обед								
2008		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ (кукуруза)	80	7,99	3,80	46,56	252,20	2,24
2008	84	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (овощная б/к, картофель 10% жирности, картофель, помид. черри, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	300	6,06	7,92	15,22	161,01	3,95
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (фарш говяжий, капуста белокочанная, лук репчатый 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 (ягоды сушеные (ягоды), сушеные абрикосы без косточек (курага), сахар песок, слива сушеная (чернослив))	200	0,63	0,10	33,95	140,14	0,17
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами)	100	6,62	0,88	42,30	203,96	0,00
Итого			880	33,51	30,41	152,24	1 023,17	31,24
Полдник								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 (молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
		БУЛОЧКА СЛОЕНАЯ (кишелек слоеночный слоеный в ассортименте)	100	6,63	0,82	40,65	197,06	0,00
Итого			400	12,66	7,43	59,57	360,46	11,04
Ужин								
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	100	0,88	0,25	8,15	43,11	60,16
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помид. грунтовый)	110	1,26	0,23	4,35	27,50	28,65
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйцо куриное (шт.))	1	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	211	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (макаронные изделия высшего сорта, 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	0,16	0,00	14,93	60,46	0,04
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон карамельный пшеница высшего сорта обогащенный 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
Итого			859	22,16	26,90	107,33	774,32	138,90
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОБАКТЕРИЕЙ (кефир 3,2 % жирности)	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Итого			200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Всего				92,59	83,63	425,44	2 945,67	184,18

Шеф повар (зав. производством)



МЕНЮ

29 апреля 2025 г.
Интернат 7-11

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ <small>(кашечная хлопья "Геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	200	4,78	7,46	18,76	161,85	0,55
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)</small>	200	3,19	2,52	18,64	111,16	0,42
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(Батон марочный хлеб мука высшего сорта обог. микроэлементами)</small>	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
Итого			510	15,52	21,13	88,88	608,81	0,97
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН <small>(апельсин)</small>	67	0,47	0,47	11,52	55,41	11,79
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 марочный хлеб мука высшего сорта обог. микроэлементами)</small>	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(пурля рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль поваренная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
Итого			572	16,25	13,90	112,09	642,77	12,81
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ <small>(помидор (уреткане))</small>	77	0,85	0,15	2,93	18,48	19,25
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С РЫБОЙ СО СМЕТАНОЙ <small>(картофель, капуста перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, лимонная 10% кислота, рыба горбуша лососевидная с кожей, соль поваренная)</small>	300/50/10	9,50	7,05	10,44	148,11	3,65
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ <small>(печенье пшеничное, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (сл.))</small>	100	16,31	8,05	2,53	166,21	12,47
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	200	4,18	9,75	24,55	203,32	11,46
2008	411	КИСЕЛЬ <small>(сахар песок, лимонная кислота с сахаром)</small>	200	0,12	0,04	13,37	54,61	0,13
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржан-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
Итого			1037	37,58	25,92	98,21	794,68	46,98
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ <small>(сок фруктовый)</small>	200	1,60	0,00	19,60	60,00	60,00
2008		ПРЯНИКИ <small>(пряники заварные)</small>	65	3,84	3,06	48,75	237,90	0,00
Итого			265	5,44	3,06	68,35	327,90	60,00
Ужин								
2008		ЯБЛОКО <small>(яблоко)</small>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
20087		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ КУСОМ <small>(перец сладкий болгарский)</small>	48	0,81	0,00	2,32	12,28	48,70
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ <small>(курица потроха - 1 килограмм)</small>	150	23,51	23,77	0,00	307,51	0,98
2008	396	СОУС МОЛОЧНЫЙ <small>(молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, сахар песок)</small>	50	0,69	2,94	3,96	45,84	0,10
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ <small>(риса пропарен, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	150	3,42	8,49	35,61	232,45	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>(сахар песок, лимон, чай черный байховый)</small>	200/4	0,12	0,00	14,79	60,00	0,38
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(Батон марочный хлеб мука высшего сорта обог. микроэлементами)</small>	25	1,88	0,73	12,65	65,50	0,00
Итого			738	30,88	44,58	79,41	845,38	60,14
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ <small>(кефир 2,2% жирности)</small>	200	5,80	5,40	8,00	118,00	1,40
2008		СЫРКИ ГЛАЗИРОВАННЫЕ <small>(сырки глазированные)</small>	160	16,45	17,54	55,87	447,13	0,00
Итого			360	22,25	23,94	63,87	565,13	1,40
Всего				127,92	132,53	608,81	3 786,68	172,28

МЕНЮ
30 апреля 2025 г.
Интернат 7-11



Сбор- ных реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	200	0,80	0,30	19,00	34,00	20,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сливочное высшего качества)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное высшего качества)	100	10,78	13,72	1,98	174,58	0,16
и/к	и/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 карамельный пшенично-ячменный сорт обог. микроэлементами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			560	18,03	28,18	67,68	584,27	20,58
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	80	0,32	0,32	7,64	37,60	8,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшеница, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочное высшего качества)	150	5,05	8,86	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 П/К (колбаса полукопченая, батон карамельный пшенично-ячменный сорт обог. микроэлементами, масло сливочное высшего качества)	100/20/10	12,19	21,35	51,48	447,15	0,00
Итого			569	22,18	32,36	102,35	797,71	8,20
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С РАСТ. МАСЛОМ (огурцы свежие, масло подсолнечное рафинированное)	100	0,73	10,06	2,28	102,94	9,10
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, говядина ф/к, соль, перец черный)	250/20/10	6,69	7,83	15,55	164,46	17,53
2008	211	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (макаронные изделия высшего сорта, масло сливочное высшего качества)	150	5,37	4,64	34,23	200,21	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (ягоды сушеные (зюба), специи в порошке без аромата (корица), сахар песок, вода питьевая (фильтрованная))	200	0,63	0,10	33,95	140,14	0,17
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной высшего сорта обог. микроэлементами)	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (масло сливочное высшего качества, ячмень пшенично-ячменный сорт обог. микроэлементами, говядина ф/к, помидоры)	75	14,42	15,33	8,41	229,22	1,24
Итого			905	34,37	36,66	136,91	1 040,63	28,04
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (ячмень пшенично-ячменный сорт обог. микроэлементами, масло сливочное высшего качества, 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
Итого			300	8,94	13,92	74,50	463,97	50,00
Ужин								
2008		МАНДАРИН (мандарин)	120	0,96	0,24	9,00	45,60	45,60
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сливочное высшего качества)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	110	0,79	0,10	2,47	13,86	8,90
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВЩАМИ (рыба филе (лосось), морковь, лук репчатый, помидоры, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	90/50	23,83	4,27	4,92	154,42	1,96
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ СО СЛ. МАСЛОМ (картофель, масло сливочное высшего качества)	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	60,48	0,04
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон карамельный пшенично-ячменный сорт обог. микроэлементами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			830	33,28	18,08	87,98	462,07	73,12
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРИЕЙ (кефир 2,2 % жирности)	200	5,60	6,40	8,00	118,00	1,40
Итого			200	5,60	6,40	8,00	118,00	1,40
Всего				122,68	136,78	478,33	3 686,65	182,34

Шеф повар (зав. производством) _____

Утверждаю


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

МЕНЮ

5 мая 2025 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		
II Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ <small>(крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	200	4,86	6,73	30,86	203,94	0,52
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(батон карамель пшеница высш сорт обог. микроэлементами)</small>	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)</small>	200	4,60	3,73	20,97	137,35	0,68
н/к	н/к	БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ <small>(биойогурт 2,5 - 3,2% жирности)</small>	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Итого			635	21,01	24,99	110,56	753,09	2,08
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ <small>(картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, говядина б/с)</small>	250/25	9,30	6,54	16,62	170,79	4,57
2008	210	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(макаронные изделия высш сорт, масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	150	5,39	8,63	34,27	236,49	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>(сахар песок, сушеные абрикосы без косточек (курага), слива сушеная (чернослив), виноград сушеный (изюм))</small>	200	0,65	0,10	34,43	142,37	0,19
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржанно-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ <small>(масло сливочно-сливочное несоленое, говядина б/с, батон карамель пшеница высш сорт обог. микроэлементами, яйца куриные (шт.))</small>	80	16,85	18,26	5,21	252,25	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ <small>(мука пшеничная высш сорт, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое)</small>	50	2,33	3,16	14,48	95,91	0,90
Итого			855	41,14	37,57	149,40	1 101,77	5,56
Полдник								
2008		ЯБЛОКО <small>(яблоко)</small>	90	0,38	0,38	8,82	42,30	9,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ <small>(сок фруктовый)</small>	200	1,60	0,00	19,60	90,00	50,00
2008		ВАФЛИ <small>(вафли с фруктово-ягодной начинкой)</small>	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			320	2,80	1,36	51,61	238,50	59,00
Ужин								
2008		ЯБЛОКО <small>(яблоко)</small>	70	0,28	0,28	6,86	32,90	7,00
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ <small>(картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое)</small>	160	3,01	5,41	19,47	139,49	11,34
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	110	10,78	13,72	1,98	174,59	0,16
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, сахар песок)</small>	200	0,10	0,00	19,56	78,61	0,02
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(батон карамель пшеница высш сорт обог. микроэлементами)</small>	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			620	17,97	29,11	73,65	631,39	18,52
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ <small>(кефир 3,2 % жирности)</small>	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Итого			200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Всего			88,72	99,42	393,22	2 842,75	86,66	

Шеф повар (зав. производством) _____



МЕНЮ

6 мая 2025 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		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сливочно-сливочное несоленое)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое)	200	5,84	6,73	30,08	203,75	0,52
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок)	200	2,95	1,94	21,89	117,33	0,42
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшенично-пшеничного сорта обог. микроэлементами)	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
Итого			510	16,39	19,87	103,47	458,08	0,94
II Завтрак								
		ТВОРОЖОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНД. УПАКОВКЕ (творог для детского питания 4,0%-5,0% жирности) в индивидуальной вакуумной упаковке)	100	7,37	4,07	10,26	107,67	40,00
2014	299	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	200	0,39	0,00	15,33	62,88	0,08
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшенично-пшеничного сорта обог. микроэлементами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 (молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			550	17,14	11,73	60,43	417,93	41,12
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С РАСТ. МАСЛОМ (капуста квашеная, лук репчатый, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	100	1,92	5,12	8,68	91,34	30,84
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (картофель 18% влажности, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль, фенхель)	250/25/10	5,94	7,67	14,46	155,66	6,57
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТ. С (кисель прозрачный с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный)	200	0,16	0,05	18,08	73,77	0,16
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной пшенично-ржаного сорта обог. микроэлементами)	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
2008	208	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (картофель 18% влажности, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста)	250	12,50	13,27	27,41	279,37	14,03
Итого			925	27,14	26,99	111,02	904,10	54,60
Полдник								
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 (молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
		БУЛОЧКА СЛОБНАЯ (булочки хлебобулочные слоистые в аэроупаковке)	100	7,76	0,97	47,63	230,85	0,00
Итого			300	13,39	7,18	56,75	347,25	1,04
Ужин								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) (масло сливочно-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	38	0,42	0,08	1,47	9,25	9,64
2008	261	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (печенье печенье, батон нарезной пшенично-пшеничного сорта обог. микроэлементами, масло подсолнечное рафинированное)	100	15,26	6,14	4,99	172,12	11,05
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ (масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, томатная паста, сахар песок)	50	1,28	3,04	0,64	71,25	0,90
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, масло сливочно-сливочное несоленое)	150	6,08	5,59	27,45	184,17	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, чай черный байховый)	200/4	0,14	0,00	14,85	60,54	0,69
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшенично-пшеничного сорта обог. микроэлементами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			602	26,90	26,55	64,19	703,23	22,28
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ (кефир 3,2% жирности)	200	5,60	6,40	8,00	118,00	1,40
Итого			200	5,60	6,40	8,00	118,00	1,40
Всего				109,84	98,72	423,85	3048,60	121,38



МЕНЮ
7 мая 2025 г.
Интернат 7-11

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,0% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	5,84	6,73	30,08	203,75	0,52
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАЛИТОК (молоко пастер. 2,0% жирности, кофейный напиток, сахар песок)	200	2,95	1,94	21,89	117,33	0,42
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшенично-овсяный высорт обог. микроэлементами)	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
Итого			510	16,39	19,97	103,47	558,08	0,94
II Завтрак								
		ТВОРОЖОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНД. УПАКОВКЕ (творог для детского питания 1,0%-3,2% жирности в индивидуальной вакуумной упаковке)	100	7,37	4,07	10,28	107,87	46,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	200	0,39	0,00	15,33	62,86	0,08
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшенично-овсяный высорт обог. микроэлементами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 (молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,83	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			550	17,14	11,73	60,43	417,93	41,12
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С РАСТ. МАСЛОМ (капуста квашеная, лук репчатый, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	100	1,92	5,12	8,88	91,34	30,84
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности, говядина бл., капуста белокочанная, свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль, лавровый лист)	250/25/10	5,94	7,87	14,48	155,66	9,57
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТ. С (порошок фруктовый с сахаром, сахар песок, крахмал(картофельный))	200	0,16	0,05	16,08	73,77	0,16
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обог. микроэлементами)	100	6,62	0,88	42,38	203,96	0,00
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина бл., картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста)	250	12,50	13,27	27,41	279,37	14,03
Итого			935	27,14	26,99	111,02	604,10	54,60
Полдник								
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 (молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,83	6,21	9,12	116,40	1,04
		БУЛОЧКА СЛОЕНАЯ (булочки слоеные/булочки слоеные в упаковке)	100	7,76	0,97	47,63	230,86	0,00
Итого			300	13,59	7,18	56,75	347,26	1,04
Ужин								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	38	0,42	0,08	1,47	9,25	9,64
2008	281	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (печенье печенье, батон нарезной пшенично-овсяный высорт обог. микроэлементами, масло подсолнечное рафинированное)	100	15,20	8,14	4,99	172,12	11,05
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ (масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высорт, томатная паста, сахар песок)	50	1,28	3,04	9,64	71,25	0,90
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая твердая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	6,08	5,59	27,45	184,17	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (сахар песок белый, чай черный байховый)	200/4	0,14	0,00	14,85	60,64	0,69
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшенично-овсяный высорт обог. микроэлементами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			652	25,98	26,55	84,16	793,23	22,29
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИОИДОВОЛРОЙ (кефир 1,2% жирности)	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Итого			290	5,80	6,40	8,80	118,00	1,40
Всего				106,84	99,72	423,86	3 048,60	121,38



МЕНЮ

12 мая 2025 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		
II Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,06	74,80	0,00
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ (крупа гречневая жидкая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,72	7,96	24,64	197,66	0,68
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшеница мягкая сорт обог. микроэлементами)	100	7,50	2,90	51,40	282,00	0,00
к/к	к/к	БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ (биоюгурт 2,5 - 3,2% жирности)	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	200	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
Итого			615	18,46	22,48	98,30	669,92	1,60
Обед								
2008		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ (кукуруза)	80	7,99	3,80	46,58	252,20	2,24
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПой (овладина 6/8, 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 (фарш говяжий, овладина 6/8, крупа пшено, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	200	12,21	17,71	14,12	265,86	24,88
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (виноград сушеный (листья), сушеные абрикосы без косточек (курага), сахар песок, слива сушеная (черешня))	200	0,63	0,10	33,95	140,14	0,17
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной пшеничный обог. микроэлементами)	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
Итого			689	33,51	30,41	152,24	1 023,17	31,24
Полдник								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 (молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
		БУЛОЧКА СЛОЕНАЯ (вадлик слабобулочный слоеный в ассортименте)	100	6,63	0,82	40,65	197,06	0,00
Итого			400	12,66	7,43	69,57	360,46	11,04
Ужин								
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	100	0,88	0,25	8,15	43,11	60,16
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,06	74,80	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры фруктовые)	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 высшего сорта, 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 пшеница мягкая 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
Итого			659	22,16	26,90	107,33	774,32	138,90
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ (кефир 3,2 % жирности)	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Итого			200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Всего			925	92,59	93,63	425,44	2 945,87	184,18



МЕНЮ

13 мая 2025 г.
Интернат 7-11

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сливочно-сливочное нежирное)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	186	КАША ПЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ (кашечные хлопья "Перкулес", молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочно-сливочное нежирное)	200	4,78	7,45	18,78	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 марочный пшенично-ржаной высшего сорта обогащенный витаминами)	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
Итого			510	15,52	21,12	88,88	609,81	0,97
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН (плоды)	67	0,47	0,47	11,52	55,41	11,79
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 марочный пшенично-ржаной высшего сорта обогащенный витаминами)	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль поваренная, сахар песок, масло сливочно-сливочное нежирное)	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,59
Итого			572	16,25	13,99	112,09	642,77	12,81
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (плоды протертые)	77	0,85	0,15	2,93	18,48	19,25
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С РЫБОЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, рыба перловая консервированная с грибами, соль поваренная)	300/50/10	9,50	7,05	10,44	148,11	3,65
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (печень говяжья, лук репчатый, морковь, картофель, масло сливочно-сливочное нежирное, яйца куриные (с/п.))	100	16,31	8,05	2,53	186,21	12,47
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное нежирное)	200	4,18	9,75	24,55	203,32	11,46
2008	411	КИСЕЛЬ (сахар песок, сливки (протертые с сахаром))	200	0,12	0,04	13,37	54,61	0,13
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржан-пшеничный обогащенный витаминами)	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
Итого			1037	37,68	25,92	86,21	784,89	46,86
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	200	1,60	0,00	19,60	90,00	50,00
2008		ПРЯНИКИ (пряники сахарные)	65	3,84	3,06	48,75	237,90	0,00
Итого			265	5,44	3,06	68,35	327,90	50,00
Ужин								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сливочно-сливочное нежирное)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
20067		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ КУСОМ (перец сладкий болгарский)	49	0,61	0,00	2,32	12,28	48,70
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (курица потроха, 1 целая птица)	150	23,51	23,77	0,00	307,51	0,98
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное нежирное, мука пшеничная высшего сорта, сахар песок)	50	0,89	2,94	3,96	45,84	0,10
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сливочно-сливочное нежирное)	150	3,42	6,48	35,61	232,45	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, чай черный байховый)	200/4	0,12	0,00	14,79	60,00	0,38
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (Батон марочный пшенично-ржаной высшего сорта обогащенный витаминами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			738	36,69	44,86	79,41	848,38	60,14
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИОИДОФЛОРОЙ (кефир 3,3 % жирности)	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
2008		СЫРКИ ГЛАЗИРОВАННЫЕ (сырки глазированные)	160	16,45	17,54	55,87	447,13	0,00
Итого			360	22,25	23,94	63,87	565,13	1,40
Всего				127,92	132,53	908,81	3 785,68	172,28

МЕНЮ

14 мая 2025 г.
Интернат 7-11



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	200	0,80	0,90	19,90	94,00	20,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сливочно-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (с/г.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-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	2,45	1,94	20,33	109,88	0,42
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон карамельный пшенично-выпечной обог. обогащенный)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			660	18,03	26,16	67,69	584,27	20,58
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое)	150	5,95	8,96	23,06	175,61	0,52
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	200	4,80	3,73	20,97	137,35	0,68
2008	5	БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ ПК (хлеб пшеничный, батон карамельный пшенично-выпечной обог. обогащенный, масло сливочно-сливочное несоленое)	100/25/10	12,19	21,35	51,48	447,15	0,00
Итого			660	22,16	32,38	103,38	797,71	8,20
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С РАСТ. МАСЛОМ (огурцы свежие, масло подсолнечное рафинированное)	100	0,73	10,08	2,28	102,64	9,10
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 10% жирности, говядина бл. сол. высушенная)	250/20/10	6,90	7,83	15,55	164,46	17,53
2008	211	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (макаронные изделия высшего сорта, масло сливочно-сливочное несоленое)	150	5,37	4,64	34,23	200,21	0,06
2008	402	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (инжир сушеный (корок), сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, слива сушеная (чернослив))	200	0,93	0,10	33,95	140,14	0,17
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной пшенично-ржаной обог. обогащенный)	100	6,82	0,88	42,39	203,96	0,00
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (масло сливочно-сливочное несоленое, мясо говядины высшего сорта, лук репчатый, говядина бл. тощая (паста))	75	14,42	15,33	8,41	229,22	1,24
Итого			906	34,27	38,84	136,91	1 040,63	26,04
Полдник								
2008	457	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (яйца куриные высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, яйца куриные (с/г.), дрожжи, масло подсолнечное рафинированное)	100	7,34	13,92	54,90	373,97	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	200	1,80	0,00	19,80	95,00	50,00
Итого			300	8,94	13,92	74,58	468,97	50,00
Ужин								
2008		МАНДАРИНЫ (мандарины)	120	0,98	0,24	8,00	45,60	45,60
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сливочно-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	110	0,79	0,10	2,47	13,88	9,90
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (рыба филе сайда, морковь, лук репчатый, помидорная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	90/50	23,83	4,27	4,92	154,42	1,98
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ СО СЛ. МАСЛОМ (картофель, масло сливочно-сливочное несоленое)	200	3,81	4,77	30,68	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 карамельный пшенично-выпечной обог. обогащенный)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			830	33,38	19,88	87,98	662,67	73,12
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИОИДОФЛОРОЙ (кефир 2,3 % жирности)	200	5,80	8,40	8,00	118,00	1,40
Итого			200	5,80	8,40	8,00	118,00	1,40
Всего				122,68	136,76	478,33	3 966,65	182,34



МЕНЮ

15 мая 2025 г.
Интернат 7-11

Сборник рецептов	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сливочно-сливочное нежирное)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочно-сливочное нежирное)	200	4,48	6,71	20,04	158,50	0,55
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	200	0,36	0,00	15,33	62,88	0,08
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (Батон карамельный пшеница мука высшего сорта обог. микроэлементами)	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
Итого			510	12,48	17,91	86,87	558,36	0,63
II Завтрак								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ. МОЛОКОМ (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочно-сливочное нежирное, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	130/50	26,87	20,85	41,99	470,34	0,48
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (Батон карамельный пшеница мука высшего сорта обог. микроэлементами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 (молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,83	6,21	9,12	119,40	1,04
Итого			430	36,25	28,52	76,81	717,74	1,50
Обед								
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ СЫРОМ И РАСТ. МАСЛОМ (свекла, чеснок, масло подсолнечное рафинированное, сыр российский)	110	5,14	14,28	10,75	192,69	6,01
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, капуста цветная, соль йодированная, лавровый лист)	250	3,51	3,35	15,86	108,32	18,93
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе куриное 1 категории, батон карамельный пшеница мука высшего сорта обог. микроэлементами, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное нежирное, масло подсолнечное рафинированное, зелень петрушка)	100	26,05	51,48	10,21	608,33	0,62
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ (яйца пастеризованные высшего сорта, сметана 15% жирности)	50	1,30	1,59	7,12	52,38	0,01
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, масло сливочно-сливочное нежирное)	150	6,08	5,59	27,45	184,17	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимон, сахар песок)	200	0,10	0,01	23,54	96,45	1,73
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обог. микроэлементами)	100	6,82	0,68	42,39	203,96	0,00
Итого			960	48,80	77,18	137,33	1 446,33	26,30
Полдник								
		БУЛЧОК СЛОЕНАЯ (основа хлебобулочная слоеная в ассортименте)	100	6,04	0,76	37,09	179,79	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	200	1,55	0,00	19,01	67,30	20,00
Итого			300	7,59	0,76	56,10	247,09	20,00
Ужин								
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	100	0,70	0,70	17,20	82,79	17,60
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) (масло сливочно-сливочное нежирное)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (говядина 5х, батон карамельный пшеница мука высшего сорта обог. микроэлементами, масло сливочно-сливочное нежирное, лук репчатый)	100	15,40	17,23	6,32	241,71	0,37
2008	154	ОЛАДЬИ ИЗ КАБАЧКОВ (кабачок, масло сливочно-сливочное нежирное, яйца куриные (шт.), сахар песок, мука пшеничная высшего сорта, масло подсолнечное рафинированное)	150	5,59	10,85	34,02	256,38	9,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	200	0,10	0,00	14,72	59,25	0,02
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (Батон карамельный пшеница мука высшего сорта обог. микроэлементами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			618	25,59	38,48	98,04	845,84	26,99
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ (кефир 3,2% жирности)	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Итого			208	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Всего				136,61	169,28	463,14	3 953,33	76,82

Утверждаю



Директор

ГБОУ школа-интернат №2 Кировского р-на

Бейнарович К.К.

МЕНЮ

16 мая 2025 г.
Интернат 7-11

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ <small>(пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	200	5,60	7,09	26,44	182,52	0,52
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)</small>	200	3,75	3,01	19,58	121,64	0,52
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(батон нарезной пшени-мука высшего сорт обог. микроэлементами)</small>	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
Итого			510	16,95	21,30	97,52	651,16	1,04
II Завтрак								
2008		БАНАН <small>(банан)</small>	130	2,00	0,67	27,94	127,72	13,30
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ <small>(овсяная каша "Геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	200	4,78	7,46	18,76	161,65	0,55
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(батон нарезной пшени-мука высшего сорт обог. микроэлементами)</small>	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ <small>(кефир 3,2 % жирности)</small>	200	5,80	5,40	8,00	118,00	1,40
Итого			590	16,38	24,23	80,48	613,37	15,25
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ <small>(помидоры свежие, огурцы свежие, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)</small>	100	1,08	5,17	3,81	67,20	18,16
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ <small>(отварная говядина, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, поваренная соль, сметана 15% жирности, соль йодированная)</small>	250/30/8	6,17	7,39	15,11	156,01	12,45
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ <small>(говядина филе, яйца куриные (кат.), молоко сливочно-сливочное несоленое)</small>	90	10,27	9,70	0,08	128,31	0,00
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	200	4,18	9,75	24,55	203,32	11,46
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб пшенично-ржаной обог. микроэлементами)</small>	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>(сахар песок, сушеные абрикосы без косточек (курага), слива сушеная (чернослив), виноград сушеный (изюм))</small>	200	0,62	0,11	34,58	142,65	0,18
Итого			978	28,92	33,09	120,62	801,85	43,25
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" <small>(яйца куриные высшего сорта, дрожжи, сахар песок, яйца куриные (кат.), масло подсолнечное рафинированное, виноград сушеный (изюм))</small>	75	8,94	4,51	64,10	332,65	0,00
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 <small>(молоко пастер. 3,2% жирности)</small>	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			275	14,57	10,72	73,22	449,05	1,04
Ужин								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	234	РЫБА ЖАРЕНАЯ С ЛУКОМ <small>(рыба филе судака, яйца куриные высшего сорта, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый)</small>	100/15	20,52	10,96	8,79	216,25	1,26
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ <small>(картофель, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, помидоры зеленые консервы, масло подсолнечное рафинированное)</small>	200	3,19	7,51	20,73	164,48	13,93
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>(сахар песок, лимон чай черный байховый)</small>	200/6	0,15	0,01	19,73	80,58	0,98
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(батон нарезной пшени-мука высшего сорт обог. микроэлементами)</small>	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			581	27,66	28,18	75,03	667,12	15,17
Всего				104,48	117,43	446,77	3 282,35	75,74

Шеф повар (зав. производством)

МЕНЮ

19 мая 2025 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		
II Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ <small>(крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	200	4,86	6,73	30,86	203,94	0,52
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(Батон нарезной пшеница мука высшего сорта обог. микроэлементами)</small>	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛКОМ <small>(какао порошек, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)</small>	200	4,60	3,73	20,97	137,35	0,68
к/к	к/к	БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ <small>(биойогурт 2,5 - 3,2% жирности)</small>	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Итого			635	21,01	24,99	110,56	753,09	2,08
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ <small>(картофель, лук репчатый, лук порейный, морковь, масло подсолнечное рафинированное, говядина 0/0)</small>	250/25	9,30	6,54	18,62	170,79	4,57
2008	210	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(макаронные изделия высшего сорта, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	150	5,39	8,63	34,27	236,49	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>(сахар песок, сушеные абрикосы без косточек (курага), слива сушеная (чернослив), вишня сушеная (жем))</small>	200	0,65	0,10	34,43	142,37	0,19
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ <small>(масло сладко-сливочное несоленое, говядина 0/0, батон нарезной пшеница мука высшего сорта обог. микроэлементами, яйца куриные (шт.))</small>	80	16,85	18,26	5,21	252,25	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ <small>(пюре томатное высшего сорта, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное)</small>	50	2,33	3,16	14,48	95,91	0,90
Итого			855	41,14	37,57	149,40	1 101,77	5,66
Полдник								
2008		ЯБЛОКО <small>(яблоко)</small>	90	0,36	0,36	8,82	42,30	9,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ <small>(сок фруктовый)</small>	200	1,60	0,00	19,60	90,00	50,00
2008		ВАФЛИ <small>(вафли с фруктово-ягодной начинкой)</small>	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			320	2,80	1,35	51,61	238,50	59,00
Ужин								
2008		ЯБЛОКО <small>(яблоко)</small>	70	0,28	0,28	6,86	32,90	7,00
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ <small>(картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)</small>	180	3,01	5,41	19,47	139,49	11,34
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	110	10,78	13,72	1,98	174,59	0,16
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, сахар песок)</small>	200	0,10	0,00	19,56	78,61	0,02
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(Батон нарезной пшеница мука высшего сорта обог. микроэлементами)</small>	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			620	17,97	29,11	73,65	631,39	18,52
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИОИДОФЛОРОЙ <small>(кефир 3,2 % жирности)</small>	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Итого			200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Всего				88,72	99,42	393,22	2 842,75	86,66

МЕНЮ
20 мая 2025 г.
Интернат 7-11

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сливочно-сливочное несоленое)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖАДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое)	200	5,84	6,73	30,08	203,75	0,52
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок)	200	2,95	1,94	21,89	117,33	0,42
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон каркаш пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
Итого			516	16,39	19,97	153,47	658,08	0,94
II Завтрак								
		ТВОРОЖОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНД. УПАКОВКЕ (творог для детского питания 1,0%-3,2% жирности в индивидуальной вакуумной упаковке)	100	7,37	4,07	10,28	107,87	40,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	200	0,39	0,00	15,33	82,88	0,08
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон каркаш пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 (молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			556	17,14	11,73	60,43	417,93	41,12
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С РАСТ. МАСЛОМ (капуста квашеная, лук репчатый, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	100	1,92	5,12	8,08	81,34	30,84
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (картофель 15% жирности, говядина 6%, капуста белокочанная, морковь, картофель, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	250/25/10	5,94	7,67	14,46	155,86	9,57
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТ. С (сок концентрат с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный)	200	0,16	0,05	18,08	73,77	0,16
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	100	6,62	0,88	42,38	203,96	0,00
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 6%, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста)	250	12,50	13,27	27,41	279,37	14,03
Итого			935	27,14	26,99	111,42	804,10	54,60
Полдник								
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 (молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
		БУЛОЧКА СЛОЕНАЯ (замороженные слоеные изделия в упаковке)	100	7,76	0,97	47,63	230,86	0,00
Итого			300	13,39	7,18	56,75	347,26	1,04
Ужин								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) (масло сливочно-сливочное несоленое)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	38	0,42	0,08	1,47	9,25	9,64
2008	291	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (печенье печенье, батон каркаш пшеница высш. сорт обог. микроэлементами, масло подсолнечное рафинированное)	100	15,26	6,14	4,99	172,12	11,05
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ (масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая высш. сорт, томатная паста, сахар песок)	50	1,28	3,04	9,64	71,25	0,96
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая цельная, масло сливочно-сливочное несоленое)	150	6,08	5,59	27,45	164,17	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, чай черный байховый)	200/4	0,14	0,00	14,85	60,64	0,69
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон каркаш пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			682	26,96	26,66	84,18	703,23	22,28
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ (кефир 3,2 % жирности)	200	5,80	6,40	8,00	116,00	1,40
Итого			200	5,80	6,40	8,00	116,00	1,40
Всего				106,64	98,72	423,85	3 048,60	121,38

МЕНЮ

21 мая 2025 г.
Интернат 7-11

Сбор- ная реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сливочно-сливочное нежирное)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ <small>(готовые хлопья "Геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, сахар-песок, масло сливочно-сливочное нежирное)</small>	200	4,78	7,48	18,76	161,85	0,55
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ <small>(напиток витаминизированный (концентрат))</small>	200	0,00	0,00	21,15	84,80	12,38
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(батон карамельный пшенично-кукурузный сорт общ. витаминизированный)</small>	100	7,50	2,98	51,40	262,00	0,00
Итого			510	12,33	18,61	91,39	583,25	12,93
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО <small>(яблоко)</small>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008	214	СМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(сыр султанский (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное нежирное)</small>	120	10,93	13,84	2,21	177,21	0,18
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(хлеб ржаной, батон карамельный пшенично-кукурузный сорт общ. витаминизированный, масло сливочно-сливочное нежирное)</small>	70/35/10	13,42	20,38	36,06	383,38	0,25
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 <small>(молоко пастер. 0,2% жирности)</small>	200	5,83	6,21	9,12	118,40	1,04
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, сахар-песок)</small>	200	0,39	0,00	15,33	62,88	0,08
Итого			738	30,77	40,81	72,82	796,83	11,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ <small>(огурцы (супермаркет))</small>	100	0,50	0,10	2,50	14,00	10,00
2008	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПНОЙ) С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ <small>(говядина 6% сметана 10% жирности, крупа перловая, томатная паста, капуста квашеная, морковь, лук репчатый, масло сливочно-сливочное нежирное, соль, лавровый лист)</small>	250/10	6,49	8,78	11,17	156,44	9,89
2008	213	РЫБА ЖАРЕНАЯ <small>(рыба филе сайды, мука пшеничная высшего сорта, масло подсолнечное рафинированное)</small>	110	18,85	10,58	1,83	177,39	0,24
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ СО СЛ. МАСЛОМ <small>(картофель, масло сливочно-сливочное нежирное)</small>	180	1,73	4,35	13,87	101,62	7,00
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ <small>(напиток витаминизированный (концентрат))</small>	200	0,00	0,00	21,15	84,80	12,38
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржаной-пшеничный сорт общ. витаминизированный)</small>	150	9,93	1,32	63,59	305,94	0,00
Итого			1000	37,60	26,13	114,11	639,98	36,51
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" <small>(мука пшеничная высшего сорта, дрожжи, сахар-песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, ванилин, сода пищевая (щ.м.))</small>	75	8,83	4,49	64,08	331,91	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ <small>(сок фруктовый)</small>	200	1,55	0,00	10,01	87,30	20,00
Итого			275	10,38	4,49	83,09	419,21	20,00
Ужин								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сливочно-сливочное нежирное)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ <small>(огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)</small>	100	1,08	10,13	3,10	110,35	7,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МСРКОВОЮ <small>(картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное нежирное)</small>	180	4,44	6,76	25,43	172,31	11,41
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(сахар-песок, чай черный байховый)</small>	200	0,10	0,00	19,56	78,61	0,02
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(батон карамельный пшенично-кукурузный сорт общ. витаминизированный)</small>	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ <small>(говядина 6%, батон карамельный пшенично-кукурузный сорт общ. витаминизированный, масло сливочно-сливочное нежирное, лук репчатый)</small>	60	13,89	15,48	5,84	217,95	0,40
Итого			600	23,32	41,87	78,71	785,82	18,83
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ <small>(кефир 3,2% жирности)</small>	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Итого			200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Всего			126,30	136,51	448,82	3 532,30	104,22	

Утверждаю

Директор

ГБОУ школа-интернат №2 Кировского р-на

Бейнарович К.К.

МЕНЮ

22 мая 2025 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		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖАДКАЯ <small>(крупа пшеничная полутвердая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	200	5,03	5,45	27,80	180,87	0,42
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТ. С <small>(сокос концентрат с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный)</small>	200	0,16	0,05	21,88	88,95	0,16
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(Батон нарезной пшенично-мука высшего сорта обог. микроэлементами)</small>	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
Итого			510	12,74	16,65	101,16	606,62	0,68
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН <small>(цитрусовый)</small>	87	0,61	0,61	14,98	72,03	15,33
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ. МОЛОКОМ <small>(пудинг 3,2% жирности, крупа манная, сахар песок, яйцо куриное (кат. 1), молоко сгущенное стерилизованное, сметана 15% жирности, масло сливочно-сливочное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, молоко сгущенное с сахаром 3,5% жирности)</small>	130/50	27,02	20,82	44,01	478,64	0,46
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(Батон нарезной пшенично-мука высшего сорта обог. микроэлементами)</small>	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 <small>(молоко пастер. 3,2% жирности)</small>	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			617	37,01	29,09	93,81	798,07	16,83
Обед								
2008		ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ <small>(горошек зеленый консервы)</small>	45	1,36	0,08	2,84	17,46	1,80
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И РЫБОЙ <small>(картофель, крупа пшеничная, морковь, лук репчатый, масло сливочно-сливочное несоленое, рыба горбуша замороженная с кожей, соль йодированная)</small>	250	9,55	5,17	13,66	139,38	5,90
2008	311	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ <small>(рис, кури цыплята 1 категория, масло сливочно-сливочное несоленое, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, укроп свежий)</small>	200	29,26	51,04	36,67	750,97	1,99
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржанно-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	100	6,62	0,68	42,39	203,96	0,00
2008	398	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК <small>(яблоко, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)</small>	200	0,08	0,08	25,13	102,01	0,80
Итого			795	46,87	57,26	122,69	1 193,78	10,49
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье витаминизированное)</small>	65	4,88	6,37	48,36	271,05	0,00
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 <small>(молоко пастер. 3,2% жирности)</small>	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			265	10,51	12,58	57,48	387,45	1,04
Ужин								
2008		ЯБЛОКО <small>(яблоко)</small>	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ <small>(мясо пшеничная высшего сорта, лук репчатый, томатная паста, масло сливочно-сливочное несоленое, томатная паста)</small>	90/50	10,45	11,92	8,41	182,70	1,24
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ СО СЛИВ. МАСЛОМ <small>(картофель, масло сливочно-сливочное несоленое)</small>	200	3,44	7,08	27,81	189,13	14,04
2008	430	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА <small>(сахар песок, шиповник сухой)</small>	200	0,40	0,20	21,55	99,37	60,00
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(Батон нарезной пшенично-мука высшего сорта обог. микроэлементами)</small>	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			750	18,78	29,50	98,25	747,50	90,28
Ужин 2								
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 <small>(молоко пастер. 3,2% жирности)</small>	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Всего				131,54	151,29	482,51	3 949,82	120,28

Шеф повар (зав. производством) _____

Утверждаю



Директор

ГБОУ школа-интернат №2 Зировского р-на

/Бейнарович К.К./

МЕНЮ
23 мая 2025 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		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ <small>(крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	200	4,52	6,68	27,31	187,96	0,52
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК <small>(молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок)</small>	200	2,55	1,94	19,80	107,40	0,42
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(батон пшеничный высшего сорта, мука высшего сорта обогащенная микроэлементами)</small>	100	7,50	2,90	51,40	262,00	0,00
Итого			610	14,62	19,77	98,59	632,16	0,94
II Завтрак								
2008		БАНАН <small>(банан)</small>	128	1,02	0,64	26,89	122,93	12,81
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ <small>(крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	150	4,49	6,71	20,04	158,50	0,55
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ <small>(батон пшеничный высшего сорта, мука высшего сорта обогащенная микроэлементами, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	50/30/10	10,64	18,24	25,01	308,55	0,09
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 <small>(молоко пастер. 2,5% жирности)</small>	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			668	22,68	31,80	81,06	796,38	14,49
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ <small>(помидоры свежие, лук зеленый, перец красный сладкий, масло подсолнечное рафинированное)</small>	100	0,83	5,09	2,92	62,25	60,23
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ <small>(картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, пшеница бл)</small>	250/20	5,77	5,90	15,05	136,48	4,74
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ <small>(сосиски)</small>	123	12,32	20,57	1,79	241,57	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>(картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	200	4,59	5,85	28,07	183,85	13,26
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ <small>(орехи грецкие без скорлупы (курага), сахар песок)</small>	200	0,76	0,05	10,32	45,37	0,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами)</small>	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
Итого			993	30,89	38,34	100,54	873,48	87,47
Полдник								
		БУЛОЧКА СЛОЕНАЯ <small>(изделия хлебобулочные слоеные в ассортименте)</small>	100	7,76	0,97	47,63	230,86	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ <small>(сок фруктовый)</small>	200	1,55	0,00	19,01	87,30	20,00
Итого			300	9,31	0,97	66,64	318,16	20,00
Ужин								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ <small>(рыба филе сайды, батон пшеничный высшего сорта, мука высшего сорта обогащенная микроэлементами, масло подсолнечное рафинированное)</small>	110	17,57	7,28	6,08	160,63	0,22
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ <small>(горошек зеленый консервы, картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное)</small>	200	2,63	5,16	12,93	109,42	12,67
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>(сахар песок, лимон, чай черный байховый)</small>	200/4	0,14	0,00	14,86	60,83	0,79
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ <small>(батон пшеничный высшего сорта, мука высшего сорта обогащенная микроэлементами)</small>	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			574	24,14	22,14	69,55	536,66	13,68
Всего				101,64	113,02	406,48	3 666,66	136,58

Шеф повар (зав. производством)

МЕНЮ

26 мая 2025 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		
II Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное нежирное)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	164	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное нежирное)	180	6,72	7,96	24,64	197,06	0,68
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИН. ВЕЩЕСТВАМИ (батон нарезной пшенично-ячм. высш. сорт обог. микроэлементами)	100	7,60	2,90	51,40	282,00	0,00
к/к	к/к	БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ (йогурт 2,5 - 3,2% жирности)	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	200	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
Итого			615	18,46	22,49	98,30	669,92	1,60
Обед								
2008		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ (кукуруза)	80	7,99	3,80	46,56	252,20	2,24
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ (говядина 6%, 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 (запеканка картофельная, говядина 6%, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	200	12,21	17,71	14,12	265,86	24,88
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (ягодный сушеный (яблоко), сушеные абрикосы без косточек (курага), сахар песок, вода очищенная (нерасквашенная))	200	0,63	0,10	33,96	140,14	0,17
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	100	6,62	0,88	42,38	203,96	0,00
Итого			880	33,51	30,41	162,24	1 023,17	31,24
Полдник								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008	434	МОЛОКО ПО 0,2 (молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
		БУЛОЧКА СЛОЕНАЯ (однажды хлебобулочные изделия в ассортименте)	100	8,63	0,82	40,65	197,06	0,00
Итого			400	12,66	7,43	59,57	360,46	11,04
Ужин								
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	100	0,88	0,25	8,15	43,11	60,16
2008	13	МАСЛО СЛИВ. (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное нежирное)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидор грунтовый)	110	1,26	0,23	4,35	27,50	28,65
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйцо куриное (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 нежирное)	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 пшенично-ячм. 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
Итого			859	22,16	26,90	107,33	774,32	138,90
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР С БИФИДОФЛОРОЙ (кефир 3,2 % жирности)	200	5,80	6,40	8,00	116,00	1,40
Итого			200	5,80	6,40	8,00	116,00	1,40
Всего				92,89	93,63	426,44	2 946,67	184,18