

Утверждаю

Директора
ГБОУ Школа-Интернат №18
/ Директора Макарова Н.Ю./

МЕНЮ
15 сентября 2025 г.
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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,56	15,78	1,96	198,61
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	20	1,41	1,82	0,00	22,28
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,04	4,71	0,06	42,66
	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	35	1,40	1,23	16,80	63,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,83	1,26	11,42	63,29
	К/К	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	185	0,74	0,74	18,10	86,81
Итого				15,98	25,54	48,34	476,65
II Завтрак							
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПО 0,2 В ИНД. УП	200	1,00	0,20	20,20	172,00
Итого				1,00	0,20	20,20	172,00
Обед							
2008	К/К	ПЕРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	99	1,73	0,00	6,36	30,59
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/12/7	4,72	4,79	10,27	116,03
2008	273	КОТЛЕТЫ (ОСОБЫЕ)	100	8,73	9,71	12,12	249,05
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,67	3,23	29,04	151,50
	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,25	0,41	18,41	81,80
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,20	0,01	9,57	40,01
Итого				20,30	18,15	85,77	668,98
Полдник							
2008	к/к	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	6,08	6,02	8,55	108,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ	34	1,98	11,66	13,55	122,98
Итого				8,06	17,68	22,10	230,98
Ужин 1							
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	165	19,25	22,66	4,32	308,90
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	55/0/40	8,61	8,29	0,53	212,81
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	210	3,89	4,58	30,20	183,77
к/к	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	31	1,72	0,31	14,06	62,50
	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	46	1,85	1,62	22,25	83,46
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,04	5,20	0,06	47,11
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,05	0,00	43,97	174,02
Итого				35,41	42,66	115,39	1 072,57
Ужин 2							
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%- 0,125	125	3,13	3,13	5,64	70,64
Итого				3,13	3,13	5,64	70,64
Всего				83,88	107,36	297,44	2 691,82

Шеф-повар _____ Порутчикова Н.А.