

и.о. директора ГКОУ "Михайловская школа-интернат"

Ерохина Н.Д.

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет



Беркшвилл 10251.



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Консервы овощные закусочные (якра кабачковая) №101	100	1,9	9,2	8,0	123,2	101	2004
Омлет натуральный ТТК №72	150	15,3	18,9	24,4	249,4	ТТК №72	
Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
Бутерброд с маслом №1	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1	2004
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	520	21,9	35,8	76,7	634,5		
Обед							
Морковь отварная ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128	
Суп из овощей ТТК №205	200	1,9	2,6	12,8	99,0	ТТК №205	
Тертель (1-й вариант) с соусом ТТК №65	90/20	10,6	16,8	17,3	208,9	ТТК №65	
Каша пшениная вязкая (гварнир) ТТК №134	150	5,3	6,3	24,4	168,3	ТТК №134	
Компот из яблок ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	860	26,4	26,6	123,5	792,7		
Всего за день:		48,3	62,4	200,2	1 427,2		

и.о. директора ГКОУ "Михайловская школа-интернат"

Ерохина Н. В.

Учреждение «Михайловская школа-интернат»
г. Москва, ул. Мухоморова, д. 14/15
Тел. (495) 676-1499

Spektralanalyse 80857.

Прием пищи, наименование блюда

2

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
----------	---------	-------------

ценность, ккал

[illegible]

peu de temps

[illegible]

Зав. производством

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием учащихся 7-11 лет

Утверждено: 
 и.о. директора ЛКОУ "Михайловская школа-интернат"
 Ерохина Н.В.

5	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
	Консервы овощные закусочные (икра кабачковая) №101	100	1,9	9,2	8,0	123,2	101	2004
	Омлет натуральный ТТК №72	150	15,3	18,9	24,4	249,4	ТТК №72	
	Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	2004
	Чай с сахаром ТТК №301	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1	
	Бутерброд с маслом №1	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6	
	Хлеб пшеничный	520	21,9	35,8	76,7	634,5		
Итого за прием пищи:								
	Булочка ТТК №39	50	4,7	7,0	26,2	185,6	ТТК №39	
	Напиток из плодов шиповника ТТК №50	180	0,5	0,2	16,7	80,0	ТТК №50	
	Итого за прием пищи:	230	5,2	7,2	42,9	265,6		
Обед								
	Морковь отварная ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128	
	Суп из овощей ТТК №205	200	1,9	2,6	12,8	99,0	ТТК №205	
	Тфтели (1-й вариант) с соусом ТТК №65	90/30	10,6	16,8	17,3	208,9	ТТК №65	
	Каша пшенная вязкая (гарнир) ТТК №134	150	5,3	6,3	24,4	168,3	ТТК №134	
	Компот из яблок ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51	
	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6	
	Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7	
	Хлеб пеклепанный	860	26,4	26,6	123,5	792,7		
Итого за прием пищи:								
	Булочка Домашняя ТТК №146	100	11,8	14,0	46,2	279,2	ТТК №146	
	Компот из смеси плодов и ягод ТТК №422	200	0,2	0,1	32,3	130,5	ТТК №422	
	Итого за прием пищи:	300	12,0	14,1	78,5	409,7		
Ужин								
	Помидор соевый ТТК №27	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №27	
	Жаркое по-деревенски ТТК №48	180	13,2	23,4	21,2	343,9	ТТК №48	
	Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
	Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	ТТК №7	
	Хлеб пеклепанный	510	19,0	23,9	69,6	563,4		
	Итого за прием пищи:		84,5	107,6	391,2	2 665,8		
Всего за день:								

Зав. производством

и.о. директора ГКОУ "Михайловская школа-интернат"

Ерохина Н.В.

50860218 2025

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

**Энергетическая
ценность, ккал**

№ перен-туры	
--------------	--

**Соорник
рецензир**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ИКРА КАБАЧКОВАЯ) №101	100	1,9	9,2	8,0	123,2	101	2004
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №22	200	20,4	25,2	34,0	332,5	ТТК №72	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	580	27,8	42,1	91,2	740,6		
II Завтрак							
БУЛОЧКА ТТК №39	50	4,7	7,0	26,2	185,6	ТТК №39	
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА ТТК №50	180	0,5	0,2	16,7	80,0	ТТК №50	
Итого за прием пищи:	230	5,2	7,2	42,9	265,6		
Обед							
МОРОЗЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ ТТК №205	250	2,3	2,9	16,0	123,8	ТТК №205	
ТЕФЕЛИ (1-й вариант) с соусом ТТК №65	100/30	12,5	18,7	19,2	224,6	ТТК №65	
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗАЯ (гарнир) ТТК №134	180	6,3	8,6	29,3	182,7	ТТК №134	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	980	31,7	31,3	145,8	906,9		
Подливки							
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ ТТК №146	150	17,7	21,0	69,3	418,8	ТТК №146	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ПЛОДОВ И ЯГОД ТТК №422	200	0,2	0,1	32,3	130,5	ТТК №422	
Итого за прием пищи:	350	17,9	21,1	101,6	549,3		
Ужин							
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ ТТК №27	100	1,1	0,0	2,3	13,6	ТТК №27	
ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48	200	14,7	26,0	23,6	382,1	ТТК №48	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК № 7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	620	24,5	26,9	94,9	712,2		
Итого за день:		107,0	128,6	476,4	3 174,5		

Зав. производством