

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

Ерохина Н.В.

ШКОЛА-ИНТЕРНАТ

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

11 Ashford Rd

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каша пшеничная молочная вязкая ТТК №108	200	10,4	9,2	38,0	324,0	ТТК №108		
Бутерброд с повидлом ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127		
Яйцо вареное вкрутую №337	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337		2004
Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302		
Итого за прием пищи:	564	23,2	23,6	104,5	756,8			
Обед								
Морковь отварная ТТК №128	60	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128		
Суп с макаронными изделиями ТТК №46	200	1,9	4,5	12,6	96,8	ТТК №46		
Рыбная поджарка ТТК №679	120	13,9	12,6	6,7	143,3	ТТК №679		
Рис отварной ТТК №69	150	3,8	12,4	38,9	283,3	ТТК №69		
Компот из свежих плодов ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52		
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6		
Хлеб пеклепашный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7		
Итого за прием пищи:	850	29,1	30,6	129,5	859,9			
Всего за день:		52,3	54,2	234,0	1 616,7			

зав. производством

Утверждаю

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

Ерохина Н.В.
Школа-интернат

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

11

Присем пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №108	250	13,0	11,5	47,5	405,0	ТТК №108		
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127		
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337		2004
Итого за присем пищи:	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302		
	614	25,8	25,9	114,0	837,8			
Обед								
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128		
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	250	2,4	5,3	15,7	121,0	ТТК №46		
РЫБНАЯ ПОДЖАРКА ТТК №679	130	17,1	15,9	7,3	155,2	ТТК №679		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	180	4,5	13,5	46,8	327,3	ТТК №69		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6		
Итого за присем пищи:	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7		
Всего за день:	980	34,3	35,8	143,8	950,0			
Зав. продовольствием		60,1	61,7	257,8	1787,8			

Зав. продовольствием

Утверждаю

Н.В.М.

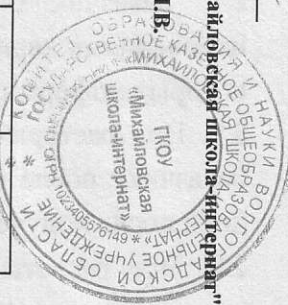
и.о. директора ГКОУ "Михайловская школа-интернат"

Ерохина Н.В.

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

11

Михайловская школа-интернат



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша пшенная молочная вязкая ТТК №108	200	10,4	9,2	38,0	324,0	ТТК №108	
Бутерброд с повидлом ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127	
Ябло вареное вкрутую №337	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337	2004
Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
Итого за прием пищи:	564	23,2	23,6	104,5	756,8		
II Завтрак							
Фрукты свежие (яблоко) №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
Сок фруктовый (яблочный) №707	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707	2004
Итого за прием пищи:	380	1,7	1,0	36,7	171,5		
Обед							
Морковь отварная ТТК №128	60	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128	
Суп с макаронными изделиями ТТК №46	200	1,9	4,5	12,6	96,8	ТТК №46	
Рыбная поджарка ТТК №679	120	13,9	12,6	6,7	143,3	ТТК №679	
Рис отварной ТТК №69	150	3,8	12,4	38,9	283,3	ТТК №69	
Компот из свежих плодов ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52	
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:	850	29,1	30,6	129,5	859,9		
Полдник							
Пирожок печеный с картошкой ТТК №421	100	12,1	12,4	36,4	300,6	ТТК №421	
Компот из смеси плодов и ягод ТТК №422	200	0,2	0,1	32,3	130,5	ТТК №422	
Итого за прием пищи:	300	12,3	12,5	68,7	431,1		
Ужин							
Омлет соленный ТТК №4	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4	
Жаркое по-деревенски ТТК №48	150	11,0	19,5	17,7	286,6	ТТК №48	
Чай с сахаром каркаде ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	15,7	19,9	58,7	472,1		
Всего за день:		81,9	87,6	398,0	2 691,3		
ав. производством							

Зав. производством

Н.О. Директора ГКОУ "Михайловская школа-интернат"

Ерохина Н.В. - школа-интернат

на П.В. Школа-интернат»

Прием пищи, наименование блюд

Масса порции

ЛИШЦЕВЫЕ ВЕЩЕИ

Энергетическая

пенет-тип

Сборник

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕНИНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗАЯ ТТК №108	250	13,0	11,5	47,5	405,0	ТТК №108	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127	
ЙОГУТ ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337	2004
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
Итого за прием пищи:	614	25,8	25,9	114,0	837,8		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко) №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный) №707	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707	2004
Итого за прием пищи:	380	1,7	1,0	36,7	171,5		
Обед							
МОРОКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	250	2,4	5,3	15,7	121,0	ТТК №46	
РЫБНАЯ ПОДЖАРКА ТТК №679	130	17,1	15,9	7,3	155,2	ТТК №679	
РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69	180	4,5	13,5	46,8	327,3	ТТК №69	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52	
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	34,3	35,8	143,8	950,0		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №421	150	18,2	18,6	54,1	450,9	ТТК №421	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ПЛОДОВ И ЯГОД ТТК №422	200	0,2	0,1	32,3	130,5	ТТК №422	
Итого за прием пищи:	350	18,4	18,7	86,4	581,4		
Ужин							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ТТК №4	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4	
ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48	200	14,4	29,8	22,9	366,9	ТТК №48	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34,0	160,8	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	30	1,9	0,3	12,3	59,4	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	600	22,4	30,6	85,9	657,8		
Всего за день:		102,6	112,0	466,7	3 198,4		