

Утверждаю

Ерохина Н.В.

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

Ерохина Н.В. школа-интернат

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



6

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	
Бульбурд с сыром ТТК №380	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380	
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5	ТТК № 178	
Итого за прием пищи:	500	19,3	15,8	95,4	663,4		
II Завтрак							
Фрукты свежие (яблоко) №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
Сок фруктовый (ананасовый) №707	180	0,5	0,2	20,6	90,8	707	2004
Итого за прием пищи:	380	1,3	1,0	39,6	182,0		
Обед							
Капуста квашеная ТТК №3	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №3	
Рассольник Ленинградский ТТК №204	200	4,1	7,5	12,0	68,7	ТТК №204	
Котлеты рубленные из птицы ТТК №62	90	12,6	14,6	14,4	232,6	ТТК №62	
Макаронные изделия отварные ТТК №129	150	3,6	7,4	26,2	184,3	ТТК №129	
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:	820	29,5	30,6	125,0	822,5		
Полдник							
Пирожок с яблоками ТТК №140	100	7,1	11,0	45,3	264,9	ТТК №140	
Чай черный с яблоком ТТК №547	200	0,25	0,1	10,22	42,98	ТТК №547	
Итого за прием пищи:	300	7,4	11,1	55,5	307,9		
Ужин							
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным ТТК №100	200/50	17,9	21,7	51,9	372,9	ТТК №100	
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	21,8	22,0	91,2	545,7		
Всего за день:		79,2	80,5	406,7	2 521,4		

Зав. производством

И.О. директора ГКОУ "Михайловская школа-интернат"

[illegible]

did work but 2025

Присем пищи, наименование блюда

кооператива

КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗАЯ ТТК №108	250	13,0	11,5	47,5	405,0	ТТК №108
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
БАТОН	60	4,6	1,8	30,1	155,4	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	560	22,6	18,4	109,9	770,3	
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338
СОК ФРУКТОВЫЙ (АНАНАСОВЫЙ) №707	180	0,5	0,2	20,6	90,8	707
Итого за прием пищи:	380	1,3	1,0	39,6	182,0	2004
Обед						
КАПУСТА КВАШЕНАЯ ТТК №3	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №3
РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №204	250	6,2	9,4	15,0	85,9	ТТК №204
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	100	14,5	16,2	16,0	258,4	ТТК №62
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	200	4,7	9,3	34,9	245,7	ТТК №129
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 ПЕКСЛЕВАННЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	970	35,2	36,0	141,7	943,2	
Полдник						
ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ ТТК №140	150	10,7	16,5	68,0	397,4	ТТК №140
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ ТТК №547	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК №547
Итого за прием пищи:	350	11,0	16,6	78,2	440,4	
Ужин						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №100	250/50	21,5	26,0	62,9	447,5	ТТК №100
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	100	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,4	0,6	48,7	229,7	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	600	29,1	26,6	126,6	735,2	
Всего за день:		99,1	98,6	496,0	3 071,0	

Зав. производством