

Утверждаю

директор

ГБОУ Ардешинская школа-интернат

Платонова Наталья Николаевна/

**МЕНЮ**

22 апреля 2024 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>II Завтрак</b>							
2008		БАНАН	150	1,4	0,5	18,9	86
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,4	5,6	7,2	101
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
<b>Итого</b>				<b>7,8</b>	<b>6,3</b>	<b>45,9</b>	<b>273</b>
<b>Обед</b>							
2006	60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	0,9	7,9	5,4	96
2006	167	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	4	5	12,1	109
2008	265	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	240	18,4	20,5	41,8	425
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			13,1	52
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
2008		БАТОН	60	4,7	0,6	28,6	139
<b>Итого</b>				<b>31,3</b>	<b>34,4</b>	<b>122,2</b>	<b>923</b>
<b>Полдник</b>							
2011	428	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	60	5,3	2,4	36	187
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,5	51
<b>Итого</b>				<b>5,5</b>	<b>2,4</b>	<b>48,5</b>	<b>238</b>
<b>Ужин</b>							
2011		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	1,7	3	3,6	48
2006	300	РЫБА (ФИЛЕ) В ЯЙЦЕ	90	18,1	25	7,4	327
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,1	5,4	20,2	140
2008		БАТОН	50	3,9	0,5	23,9	115
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,5	51
2008		ЙОГУРТ СО ВКУСОМ АБРИКОСА 2,5%	200	5,6	5	9	113
<b>Итого</b>				<b>35,9</b>	<b>39,3</b>	<b>97,8</b>	<b>896</b>
<b>Всего</b>				<b>80,5</b>	<b>82,4</b>	<b>314,4</b>	<b>2330</b>

бухгалтер Глб Глебова Наталья Владимировнамед.сестра Финичева Финичева Ольга Сергеевнаповар Холодова Холодова Нина Александровна

директор

Арефинская школа-интернат

Губаткина Наталья Николаевна/



# МЕНЮ

23 апреля 2024 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	210	9,2	9,6	36,3	269
2008		БАТОН	50	3,9	0,5	23,9	115
2006	762	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,5	1,3	22,4	107
2008		ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62
<b>Итого</b>				<b>15,2</b>	<b>20,2</b>	<b>95,6</b>	<b>628</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15	61
<b>Итого</b>				<b>2,5</b>	<b>2,9</b>	<b>37,3</b>	<b>186</b>
<b>Обед</b>							
2011		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	80	1,7	4,1	9,8	83
1994	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ	250	7,6	9,9	12,7	173
2008	234	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С ЛУКОМ	90	14,1	7,7	7,1	154
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	4,2	4,6	25,8	161
1994	588	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			14,6	58
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
2008		БАТОН	70	5,4	0,7	33,4	162
<b>Итого</b>				<b>36,3</b>	<b>27,4</b>	<b>124,6</b>	<b>893</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62
2006	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120	23,8	16,9	35,2	391
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
<b>Итого</b>				<b>25,3</b>	<b>17,6</b>	<b>67,9</b>	<b>539</b>
<b>Ужин</b>							
2006	29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	0,7	5,8	3,9	72
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	13,2	11,6	4,5	190
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,1	4,3	28,8	175
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		13,5	55
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	65	5	0,7	30,9	150
2008		ЙОГУРТ 2,5%	200	5,4	4,9	8,7	110
<b>Итого</b>				<b>32,9</b>	<b>27,7</b>	<b>111,5</b>	<b>854</b>
<b>Всего</b>				<b>112,2</b>	<b>95,8</b>	<b>436,9</b>	<b>3100</b>

бухгалтер

*Губ*

Глебова Наталья Владимировна

*индустриальный отдел*

*Римашва О.С.  
Светлова Н.А.*

**МЕНЮ**

24 апреля 2024 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2006	4	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,3	7,5	36,7	244
2008		БАТОН	40	3,1	0,4	19	92
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,6	2,3	22,3	121
2008		ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62
<b>Итого</b>				<b>13,6</b>	<b>19</b>	<b>91</b>	<b>594</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,3	5,8	7,7	106
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83
<b>Итого</b>				<b>6,3</b>	<b>6</b>	<b>27,3</b>	<b>189</b>
<b>Обед</b>							
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	80	1,1	4,7	5,2	68
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	250	3,3	3,9	14,4	106
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	15,7	15,9	3,1	218
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,6	4,6	37,7	206
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			13,1	52
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
2008		БАТОН	75	5,8	0,8	35,7	173
<b>Итого</b>				<b>32,8</b>	<b>30,3</b>	<b>130,4</b>	<b>925</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62
2011	434	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5	1	28,1	141
1994	591	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	200			28,2	113
<b>Итого</b>				<b>5,5</b>	<b>1,5</b>	<b>69,2</b>	<b>316</b>
<b>Ужин</b>							
2011		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	80	2,2	4,8	6,3	77
2011	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	90	13,5	4,8	5,1	117
2006	215	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	3,5	11,4	19,5	202
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		13,5	55
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
2008		БАТОН	50	3,9	0,5	23,9	115
2008		ЙОГУРТ	200	5,6	5	9	113
<b>Итого</b>				<b>32,2</b>	<b>26,9</b>	<b>98,5</b>	<b>781</b>
<b>Всего</b>				<b>90,4</b>	<b>83,7</b>	<b>416,4</b>	<b>2805</b>

Бухгалтер  
Иванова И.В.

Платонова Н.В.  
Филиппов О.С.  
Колесников И.И.



# МЕНЮ

25 апреля 2024 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2006	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	220	6,5	8,8	29,2	222
2008		БАТОН	40	3,1	0,4	19	92
		КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	19,7	122
2008		ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62
<b>Итого</b>				<b>14</b>	<b>21</b>	<b>80,9</b>	<b>573</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
<b>Итого</b>				<b>3,3</b>	<b>3,1</b>	<b>42,1</b>	<b>211</b>
<b>Обед</b>							
2011		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	70	2	3,5	4,2	56
2006	132	СУП ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	2,2	3,1	7,6	67
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	250	16,8	16	17,8	285
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	15,2	63
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
2008		БАТОН	50	3,9	0,5	23,9	115
<b>Итого</b>				<b>28,3</b>	<b>23,6</b>	<b>89,9</b>	<b>688</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62
2011	401	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	125	7,6	13,1	50,4	351
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105
<b>Итого</b>				<b>13,7</b>	<b>18,5</b>	<b>72,6</b>	<b>518</b>
<b>Ужин</b>							
2006	76	САЛАТ РЫБНЫЙ	80	3,5	4,3	4,6	72
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50/50	14	19,3	3,2	242
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,1	5,4	20,2	140
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0,3		16,3	68
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
2008		БАТОН	60	4,7	0,6	28,6	139
2008		ЙОГУРТ 2,5 %	200	5,6	5	9	113
<b>Итого</b>				<b>34,5</b>	<b>35</b>	<b>103,1</b>	<b>876</b>
<b>Всего</b>				<b>93,8</b>	<b>101,2</b>	<b>388,6</b>	<b>2866</b>

бухгалтер Глебова Глебова Наталья Владимировна  
 медсестра Римшва Д.С.  
 повар Витязева И.А.

директор

Арефинская школа-интернат

Платонова Наталия Николаевна/



# МЕНЮ

26 апреля 2024

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,2	16,6	0,2	150
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ"	205	6,9	10	38,4	272
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	19,7	122
2008		БАТОН	60	4,7	0,6	28,6	139
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	150	1,4	0,5	18,9	86
<b>Итого</b>				<b>17</b>	<b>30,7</b>	<b>105,8</b>	<b>769</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
<b>Итого</b>				<b>3,3</b>	<b>3,1</b>	<b>42,1</b>	<b>211</b>
<b>Обед</b>							
2006	76	САЛАТ РЫБНЫЙ	80	3,5	4,3	4,6	72
1994	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ	250	7,6	9,6	12,6	169
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75/50	20,1	14,4	8,9	245
2021	41	ОВОЩИ С РИСОМ	150	3,8	11,1	28,7	186
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			14,6	58
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
2008		БАТОН	60	4,7	0,6	28,6	139
<b>Итого</b>				<b>43</b>	<b>40,4</b>	<b>119,2</b>	<b>971</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	6,6	12,4	55,8	360
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		10,1	41
<b>Итого</b>				<b>7,3</b>	<b>12,9</b>	<b>78,8</b>	<b>463</b>
<b>Ужин</b>							
2006	29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	80	1	7,9	5,2	95
2008	260	АЗУ	250	15,4	20,8	22,8	341
2008		БАТОН	50	3,9	0,5	23,9	115
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2	0,1	16,2	65
2008		ЙОГУРТ	200	5,4	4,9	8,7	110
<b>Итого</b>				<b>29,2</b>	<b>34,6</b>	<b>98</b>	<b>828</b>
<b>Всего</b>				<b>99,8</b>	<b>121,7</b>	<b>443,9</b>	<b>3242</b>

бухгалтер Глебова Наталия Владимировна

мед.сестра Финичева Ольга Сергеевна  
 повар Ломоносова И.А.

**МЕНЮ**  
27 апреля 2024 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2006	4	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205/5	3,9	6,3	21,6	159
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,8	134
2008		БАТОН	40	3,1	0,4	19	92
2008		ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62
<b>Итого</b>				<b>10,5</b>	<b>18</b>	<b>78,4</b>	<b>522</b>
<b>II Завтрак</b>							
2011		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	80	2,2	4,8	6,3	77
2011	207	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	200	5,1	8,2	23,3	189
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,3	14,3	69
<b>Итого</b>				<b>10,6</b>	<b>13,5</b>	<b>63,5</b>	<b>418</b>
<b>Всего</b>				<b>21,1</b>	<b>31,5</b>	<b>141,9</b>	<b>940</b>

бухгалтер Глебова Глебова Наталия Владимировна

мед.сестра Финичева Финичева Ольга Сергеевна

повар Холодова Холодова Нина Александровна