

Утверждаю
 Директор  О.П. Чоботар

Меню интернат 20.01.2022г. 12 и старше

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюд	масса порции (грамм)	Энерг. ценность (ккал)
4 день Завтрак			
204	Макаронны отварные с сыром	200	151,80
383	Какао с молоком	200	60,00
14	Хлеб пшеничный	50	18,50
	Итого		230,30
2-й завтрак			
210	Омлет натуральный	220	193,00
101	Консервы из кабачков	100	73,90
376	Чай с сахаром	200	60,00
41	Масло сливочное	20	75,00
14	Хлеб пшеничный	60	23,50
	Итого		425,40
Обед			
45	Салат из капусты белокочанной	100	140,30
204	Суп картофельный с крупой	250	104,00
106	Тефтели мясо-крупяные	100	92,80
308	Горох отварной	180	218,20
349	Компот из смеси сухофрукт	200	112,00
14	Хлеб пшеничный	100	118,23
38	Плоды свежие	100	47,00
	Итого		830,80
полдник			
869	Кисель из свежих ягод	200	110,80
15	Кондитерские изделия	50	260,00
	Итого		370,80
Ужин			
234	Котлеты или биточки рыбные	100	142,20
833	Соус красный основной	50	23,67
143	Рагу из овощей	200	183,00
376	Чай с сахаром	200	60,00
14	Хлеб пшеничный	50	18,50
	Итого		427,37
2 ужин			
376	Чай с сахаром	200	60,00
15	Кондитерские изделия	50	260,00
	Итого		180,80
	Итого за день		2789,00



Утверждаю
 Директор  О.П. Чоботар

Меню школа 20.01.2022г. 12 и старше

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюд	масса порции (грамм)	Энерг. ценность (ккал)
Завтрак			
210	Омлет натуральный	220	193,00
101	Консервы из кабачков	100	73,90
376	Чай с сахаром	200	60,00
41	Масло сливочное	20	75,00
14	Хлеб пшеничный	60	23,50
	Итого		425,40
Обед			
45	Салат из капусты белокочанной	100	140,30
204	Суп картофельный с крупой	250	104,00
106	Тефтели мясо-крупяные	100	92,80
308	Горох отварной	180	218,20
349	Компот из смеси сухофрукт	200	112,00
14	Хлеб пшеничный	100	118,23
38	Плоды свежие	100	47,00
	Итого		830,80
	Итого за день		1256,20



Утверждаю
 Директор  О.П. Чоботар

Меню интернат 20.01.2022г. 7-11 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюд	масса порции (грамм)	Энерг. ценность (ккал)
4 день Завтрак			
204	Макароны отварные с сыром	200	126,69
383	Какао с молоком	200	107,60
14	Хлеб пшеничный	50	18,50
	Итого		252,79
2-й завтрак			
210	Омлет натуральный	170	193,00
101	Консервы из кабачков	100	73,90
376	Чай с сахаром	200	40,00
41	Масло сливочное	10	37,50
14	Хлеб пшеничный	60	23,50
	Итого		386,80
Обед			
45	Салат из капусты белокачанной	100	140,30
204	Суп картофельный с крупой	250	104,00
106	Тефтели мясо-крупяные	100	92,80
308	Горох отварной	180	218,20
349	Компот из смеси сухофрукт	200	112,00
14	Хлеб пшеничный	60	23,50
38	Фрукты свежие	100	47,00
	Итого		830,30
полдник			
869	Кисель из свежих ягод	200	110,80
15	Кондитерские изделия	30	130,00
	Итого		240,80
ужин			
234	Котлеты или биточки рыбные	100	142,20
833	Соус красный основной	50	23,67
143	Рагу из овощей	200	183,00
376	Чай с сахаром	200	40,00
14	Хлеб пшеничный	50	18,50
	Итого		407,37
2 ужин			
376	Чай с сахаром	200	40,00
15	Кондитерские изделия	30	130,00
	Итого		110,80
	Итого за день		2413,25



Утверждаю
 Директор  О.П. Чоботар

Меню школа 20.01.2022г. 7-11 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюд	масса порции (грамм)	Энерг. ценность (ккал)
Завтрак			
210	Омлет натуральный	170	193,00
101	Консервы из кабачков	100	73,90
376	Чай с сахаром	200	40,00
41	Масло сливочное	10	37,50
14	Хлеб пшеничный	60	23,50
	Итого		386,80
Обед			
45	Салат из капусты белокачанной	100	140,30
204	Суп картофельный с крупой	250	104,00
106	Тефтели мясо-крупяные	100	92,80
308	Горох отварной	180	218,20
349	Компот из смеси сухофрукт	200	112,00
14	Хлеб пшеничный	60	23,50
38	Фрукты свежие	100	47,00
	Итого		830,30
	Итого за день		1217,10

