



24 АПРЕЛЯ 2023 ШКОЛА ОБУЧАЕТСЯ
ДИСТАНЦИОННО

МЕНЮ

25 апреля 2023 г.

11-17 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110	23,7	16,2	24,9	346
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,1	1,6	18,2	94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,2	0,9	29	141
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	163
Итого				34	22,5	101,3	744
Обед							
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬЮ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,6	6,1	1,7	65
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	220	2,3	5,2	14	117
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	17,6	23	30,7	400
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	24	113
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	50	4,3	0,7	24,2	118
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	84
2011	43	ФРУКТЫ	111	0,3	0,2	7,5	34
Итого				28,6	35,9	119,9	931
Всего				62,6	58,4	221,2	1675

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.




МЕНЮ

26 апреля 2023 г.

11-17 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,1	8,3	27,5	211
2008	233	РЫБА ЖАРЕНАЯ	100	25,9	29,4	9,9	407
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4		15,4	63
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	163
Итого				38,8	42,1	101,3	938
Обед							
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	60	0,7	6,1	2,2	67
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	220	10,4	4,2	11,5	126
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,4	6,4	45,2	268
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	17,8	23,4	7,5	330
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			14,6	58
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	50	4,3	0,7	24,2	118
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	84
2011	43	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	8,3	40
Итого				43,8	41,6	131,3	1091
Всего				82,6	83,7	232,6	2029

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

27 апреля 2023 г.

11-17 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	220	22,7	26,5	46,4	514
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200	0,5		15,6	65
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
Итого				26,6	27,1	81,3	673
Обед							
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,7	6,1	2,6	69
2008	232	СОЛЯНКА СБОРНАЯ МЯСНАЯ	220	4,9	6,7	3	93
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	6,3	5,6	40,2	236
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	100	13,7	14,8	8,4	220
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	50	4,3	0,7	24,2	118
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	84
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	163
Итого				35,9	38,1	140,4	1044
Всего				62,5	65,2	221,7	1717

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О,В,



МЕНЮ

28 апреля 2023 г.

11-17 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	5,7	4,4	19,6	144
2008	283	ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	100	12	12,1	15,3	215
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4		15,4	63
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	163
Итого				24,5	20,9	98,8	679
Обед							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,9	4,2	5	62
2009	131	СВЕКОЛЬНИК	220	2	4,2	15,1	107
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	200	5,4	8,9	56,9	328
2011	239	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ	100	13,5	4,8	14,2	152
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,3	0,2	24,8	105
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	50	4,3	0,7	24,2	118
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	84
2011	43	ФРУКТЫ	111	0,3	0,2	7,5	34
Итого				29,5	23,6	165,5	990
Всего				54	44,5	264,3	1669

Бухгалтер Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра Казанцева Н.Г.

Повар с м/о Мачулис О,В,