

Согласовано Директор МОУ «ТШИ СОО» Саруханян М.Б. « » 2022 г.	Утверждаю Директор ООО «Таежный Край» Шарипов М.М. « » 2022 г.
--	---



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: *воспитанники интерната*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	цена
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	<i>каша молочная рисовая</i>	<i>100</i>	<i>4,9</i>	<i>11,1</i>	<i>33,5</i>	<i>246,2</i>	<i>184</i>	<i>30-30</i>
	<i>булгур с маслом, сыром</i>	<i>50/15,15</i>	<i>7,7</i>	<i>16,5</i>	<i>25,2</i>	<i>281,2</i>	<i>1</i>	<i>35-15</i>
	<i>чай</i>	<i>200</i>	<i>0,1</i>	<i>0</i>	<i>9,3</i>	<i>37,0</i>	<i>430</i>	<i>5-20</i>
	<i>хлеб</i>	<i>50</i>	<i>3,5</i>	<i>0,2</i>	<i>25,1</i>	<i>106,6</i>	<i>464</i>	<i>5-14</i>
Итого за завтрак		<i>530</i>	<i>16,2</i>	<i>27,8</i>	<i>93,1</i>	<i>671,0</i>		<i>45-79</i>
Обед								
	<i>шфе</i>	<i>250</i>	<i>8,7</i>	<i>9,1</i>	<i>10,1</i>	<i>157,9</i>	<i>83</i>	<i>58-28</i>
	<i>каша гречневая</i>	<i>150</i>	<i>8,0</i>	<i>7,9</i>	<i>34,8</i>	<i>235,9</i>	<i>323</i>	<i>14-23</i>
	<i>котлета / мясная в соусе</i>	<i>60/50</i>	<i>9,2</i>	<i>9,0</i>	<i>10,3</i>	<i>150,5</i>	<i>277</i>	<i>54-34</i>
	<i>салат «Селедочка»</i>	<i>100</i>	<i>1,4</i>	<i>2,6</i>	<i>8,1</i>	<i>61,3</i>	<i>50</i>	<i>40 ~</i>
	<i>компот из ягод</i>	<i>200</i>	<i>0,1</i>	<i>0,1</i>	<i>11,5</i>	<i>47,1</i>	<i>394</i>	<i>14-19</i>
	<i>хлеб</i>	<i>100</i>	<i>7,0</i>	<i>0,5</i>	<i>50,2</i>	<i>213,1</i>	<i>464</i>	<i>10-28</i>
Итого за обед		<i>910</i>	<i>34,4</i>	<i>29,2</i>	<i>125,0</i>	<i>859,5</i>		<i>191-32</i>
Ужин1								
	<i>пюре из картофеля</i>	<i>200</i>	<i>9,1</i>	<i>9,2</i>	<i>10,5</i>	<i>155,5</i>	<i>1001</i>	<i>112-04</i>
	<i>салат из моркови</i>	<i>100</i>	<i>1,2</i>	<i>5,1</i>	<i>6,6</i>	<i>78,6</i>	<i>2008</i>	<i>40 ~</i>
	<i>чай с лимоном</i>	<i>200</i>	<i>0,1</i>	<i>0</i>	<i>14,0</i>	<i>55,9</i>	<i>431</i>	<i>6-90</i>
	<i>хлеб</i>	<i>100</i>	<i>7,0</i>	<i>0,5</i>	<i>50,2</i>	<i>213,1</i>	<i>464</i>	<i>10-28</i>
Итого за ужин1		<i>600</i>	<i>17,4</i>	<i>14,8</i>	<i>81,3</i>	<i>503,1</i>		<i>169-22</i>
Ужин2								
	<i>сок</i>	<i>200</i>	<i>0,6</i>	<i>0,4</i>	<i>32,6</i>	<i>140,0</i>	<i>2008</i>	<i>45 ~</i>
	<i>макаронки</i>	<i>235</i>	<i>1,3</i>	<i>0,4</i>	<i>12,9</i>	<i>66,0</i>	<i>2008</i>	<i>129,57</i>
	<i>суп куриный с овощами</i>	<i>150</i>	<i>15,4</i>	<i>12,8</i>	<i>31,3</i>	<i>295,3</i>	<i>221</i>	<i>67-67</i>
Итого за ужин2		<i>585</i>	<i>17,3</i>	<i>13,6</i>	<i>46,8</i>	<i>501,3</i>		<i>242,24</i>
Итого за день		<i>2625</i>	<i>85,3</i>	<i>85,4</i>	<i>376,2</i>	<i>2534,9</i>		<i>678-57</i>

Повар-бригадир *Шаповал Т.А.*
 Медсестра *Ушакова Н.М.*

Согласовано

4 февраля

Утверждаю

Директор МОУ «ТШИ СОО»

Директор ООО «Таежный Край»

Саруханян М.Б.

Шарипов М.М.

« » 2022 г.

« 4 февраля » 2022 г.



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 5-11 классы приходящие

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	цена
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Суп легкий	250	9,6	9,9	9,0	158,6	103	57-04
	чай с сахаром	200	0,1	0	9,3	37,0	430	2-60
	хлеб	25	1,7	0,1	12,5	53,3	464	2-57
Итого за завтрак		475	11,3	10,0	30,8	248,9		62-24
Обед								
	макаронн. об.	150	5,5	6,5	33,8	210,3	209	12-05
	картофель вареный в кожуре	100/50	8,6	9,9	13,7	172,0	306	56-62
	чай с сахар	200	0,1	0	9,3	37,0	430	2-60
	хлеб	25	1,7	0,1	12,5	53,3	464	2-57
Итого за обед		525	15,9	16,5	69,3	479,6		73-84
Ужин1								
Итого за ужин1								
Ужин2								
Итого за ужин2								
Итого за день		1000	27,2	26,5	100,1	421,5		136-08

Повар-бригадир

Шаповал Т.А.

Шаповал Т.А.

Медсестра

Ушакова Н.М.

Ушакова Н.М.