



Меню
9 Интернат 12-18
Неделя 1 день: 1

ООО "Альфа-Провиант"



23. 01. 2023

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ОВСЯНО-ГРЕЧНЕВАЯ "ЗДОРОВЬЕ" (Геркулес, Молоко, Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	200	9	9,1	37,4	267,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ТК-14,2008)	15	3,45	4,45	0	54,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (Молоко, Кофейный напиток, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	2,2	3,8	22,3	132
ГРУША СВЕЖАЯ	120	0,48	0,36	12,36	56,4
Итого за Завтрак	575	17,32	18,89	87,86	593,4
Завтрак II					
ШАРЛОТКА ТВОРОЖНАЯ С ЯБЛОКАМИ (Творог, Яблоко свежее, Яйцо, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Сметана)	150	4,34	2,44	8,33	72,58
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
Итого за Завтрак II	350	4,64	2,53	24,13	137,79
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Масло растительное, Помидоры свежие, Соль)	100	0,49	5,2	5,1	69
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ ОТВАРНОЙ (Цыпленок бройлер, Вермишель, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250/15	5,43	3,88	20,12	137,32
РИС ОТВАРНОЙ С СОУСОМ "БОЛОНЬЕЗЕ" (Томат - паста, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Рис, Соль)	280	23,33	22,72	48	489,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	60	4,1	0,5	27,1	129,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	200	0,29	0,1	16	65
Итого за Обед	945	35,83	33,58	132,12	973,42
Полдник					
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	20,6	88,06
СЛОЙКА С ТВОРОГОМ	60	2,5	2,7	7,2	63,1
Итого за Полдник	260	3,51	2,88	27,8	151,16
Ужин					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)	100	1,2	5,3	2,9	64,1
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Соль, Сухари панировочные)	280	16,38	12,18	20,3	256,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	60	4,1	0,5	27,1	129,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,03	0,1	25,4	103,5
Итого за Ужин	680	23,9	19,26	91,5	636,1
Ужин II					
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,32	3,5	3,76	56
Итого за Ужин II	220	7,92	8,4	13,06	160
Итого за день	3 030	93,12	85,54	376,47	2651,87

Зав. производством _____

Handwritten signature



Директор ГБОУ школы-интерната №9

Калининского района Санкт-Петербурга

Е.В. Матюхина