



Меню 9 Интернат 7-11

Неделя 1 день: 3

ООО "Альфа-Провиант"



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША "ЯНТАРНАЯ" (Яблоко свежее, Пшено, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	150	5,02	7,32	28,11	198,75
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ТК-14,2008)	15	3,45	4,45	0	54,5
КАКАО С МОЛОКОМ (Какао порошок, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	4,1	3,5	21	132
БАНАН СВЕЖИЙ	180	2,7	0,9	37,8	172,8
Итого за Завтрак	570	16,64	16,91	96,79	609,93
Завтрак II					
МОРКОВНЫЙ БИСКВИТ С ФРУКТАМИ (Яблоко свежее, Яйцо, Морковь очищенная, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок)	150	1,89	4,93	51,05	256,07
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
Итого за Завтрак II	350	2,19	5,02	66,85	321,28
Обед					
САЛАТ "ОВОЩНОЙ" (Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	100	1	5,2	2,5	61
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Сметана, Соль)	250/10/15	4,84	8,12	12,06	140,4
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (Вода питьевая, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Печень говяжья, Сметана, Соль)	90	8,37	4,77	5,76	99,45
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	5,83	8,55	24,78	199,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
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 Обед	880	24,17	27,81	98,45	741,83
Полдник					
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	60	1,52	1,64	14,4	78,44
Итого за Полдник	260	2,52	1,84	35	166,64
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (Свекла очищенная, Масло растительное)	60	0,86	3,65	5,02	56,34
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ (Батон, Молоко, Вода питьевая, Говядина, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль)	90	9,48	12	7,56	178,8
РИС ОТВАРНОЙ (Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	150	3,7	6,3	32,8	203
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (Вода питьевая, Клюква протертая с сахаром)	200	0,1	0,1	24,9	100,9
Итого за Ужин	560	17,97	22,97	96,25	666,74
Ужин II					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,46	0,18	7,2	55,8
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,32	3,6	3,76	56
Итого за Ужин II	200	7,78	3,68	10,96	111,8
Итого за день	2 820	71,21	78,23	404,3	2618,22

Зав. производством _____



Санкт-Петербургский колледж-интернат №9
Калининского района

Е.В. Матюхина