



МЕНЮ

ДЛЯ ПРОФИЛЬНЫХ СМЕН С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

На «03» июня 2024 г.

Директор МБОУ «Каргасокская СОШ-интернат №1»

Кондратьева Е.М



№ Рецептурного сборника	Наименование блюда	Выход гр.	Белки гр	Жиры гр.	Углеводы гр.	Энергетическая ценность к.кал.
	Завтрак					
260	Каша молочная «Дружба»	220	5,26	11,66	25,06	226,20
376,00	Чай с сахаром	200,00	0,07	0,02	15,00	60,00
3,00	Бутерброд с сыром и маслом	60,00	6,38	9,13	16,30	173,00
	ИТОГО	480	11,71	20,82	56,36	459,20
	Обед					
01,00	Салат из св капусты	100,00	2,1	10,1	9,3	136,00
312,00	Каша перловая рассыпчатая	150,00	4,08	6,40	27,25	210,67
294,00	Котлеты из мяса птицы	90,00	12,44	13,87	14,69	234,38
331,00	Соус основной красный	30,00	0,50	1,50	2,10	24,00
379,00	Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	15,95	100,60
5,00	Хлеб пшеничный	40,00	3,95	0,50	24,16	117,00
	ИТОГО	610	26,24	35,05	93,45	822,65

Индивидуальный предприниматель  Серякова Л.Н.



МЕНЮ

ДЛЯ ПРОФИЛЬНЫХ СМЕН С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

На « 04 » июня 2024 г.

Директор МБОУ «Каргасокская СОШ-интернат №1»

Кондратьева Е.М



№ Рецептурного сборника	Наименование блюда	Выход гр.	Белки гр	Жиры гр.	Углеводы гр.	Энергетическая ценность к.кал.
	Завтрак					
303,00	Каша ячневая молочная	210,00	9,14	14,43	41,39	333,30
382,00	Какао на молоке	200,00	4,08	3,54	17,58	118,60
5,00	Хлеб пшеничный	30,00	1,98	0,25	12,08	58,00
	ИТОГО	440	15,2	18,22	71,05	509,60
	Обед					
102,00	Суп картофельный с бобовыми	250,00	4,39	4,22	13,23	141,00
309,00	Макароны отварные	150,00	6,79	0,80	38,28	187,20
268,00	Котлеты из мяса говядины	90,00	13,75	20,16	11,94	286,62
331,00	Соус основной красный	30,00	0,50	1,50	2,10	24,00
389,00	Сок, нектар фруктовый в ассортименте	200,00	0,08	0,00	26,30	105,00
5,00	Хлеб пшеничный	40,00	3,95	0,50	24,16	117,00
	ИТОГО	760	29,46	27,18	116,01	860,82

Индивидуальный предприниматель  Серякова Л.Н.



МЕНЮ

ДЛЯ ПРОФИЛЬНЫХ СМЕН С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

На «05» июня 2024 г.

Директор МБОУ «Каргасокская СОШ-интернат №1»

Кондратьева Е.М.



№ Рецептурного сборника	Наименование блюда	Выход гр.	Белки гр	Жиры гр.	Углеводы гр.	Энергетическая ценность к.кал.
	Завтрак					
120,00	Суп молочный с макаронными издел.	200,00	3,40	3,82	16,50	114,20
379,00	Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	15,95	100,60
2,00	Бутерброд с джемом	50,00	2,60	4,60	29,30	169,00
5,00	Хлеб пшеничный	30,00	1,98	0,25	12,08	58,00
338,00	Фрукты св в ассортименте	200	0,62	0,62	15,19	73,00
	ИТОГО	680	11,77	11,97	89,02	514,80
	Обед					
21,00	Помидоры св в нарезке	100,00	1,0	10,2	3,5	109,00
312,00	Картофельное пюре	200,00	4,08	6,40	27,25	210,67
268,00	Биточки из мяса говядина	90,00	13,75	20,16	11,94	286,62
377,00	Чай с сахаром и лимоном	200,00	0,13	0,02	15,20	62,00
5,00	Хлеб пшеничный	60,00	3,95	0,50	24,16	117,00
331,00	Соус основной красный	30,00	0,50	1,50	2,10	24,00
	ИТОГО	680	23.41	39.02	95.15	809.49

Индивидуальный предприниматель  Серякова Л.Н.



МЕНЮ

ДЛЯ ПРОФИЛЬНЫХ СМЕН С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

На «06» июня 2024 г.

Директор МБОУ «Каргасокская СОШ-интернат №1»

Кондратьева Е.М



№ Рецептурного сборника	Наименование блюда	Выход гр.	Белки гр	Жиры гр.	Углеводы гр.	Энергетическая ценность к.кал.
	Завтрак					
295,00	Макароны отварные с сыром	200,00	11,84	7,20	54,19	258,00
348,00	Компот из с/фруктов	200,00	0,66	0,09	32,10	133,00
5,00	Хлеб пшеничный	30,00	1,98	0,25	12,08	58,00
338	Фрукты в ассортименте	200	0,62	0,62	15,19	73,00
	ИТОГО	630	13,08	8,16	113,56	632,00
	Обед					
128,00	Борщ с картофелем и св капустой	250,00	7,3	20,0	42,6	380
291,00	Плов из мяса птицы	250,00	22,50	11,12	45,62	426,25
382,00	Какао на молоке	200,00	4,08	3,54	17,58	118,60
5,00	Хлеб пшеничный	60,00	3,95	0,50	24,16	117,00
	ИТОГО	760	37,83	35,16	129,96	1041,85

Индивидуальный предприниматель  Серякова Л.Н.



МЕНЮ

ДЛЯ ПРОФИЛЬНЫХ СМЕН С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

На «07» июня 2024 г.

Директор МБОУ «Каргасокская СОШ-интернат №1»

Кондратьева Е.М.



№ Рецептурного сборника	Наименование блюда	Выход гр.	Белки гр	Жиры гр.	Углеводы гр.	Энергетическая ценность к.кал.
	Завтрак					
210,00	Омлет натуральный с маслом	200,00	15,95	28,37	3,02	410,86
306,00	Горошек консервированный	30,00	0,86	0,82	1,74	17,76
348,00	Компот из кураги	200,00	0,78	0,05	27,60	115,00
5,00	Хлеб пшеничный	30,00	1,98	0,25	12,08	58,00
	ИТОГО	460	24,57	32,69	52,94	688,62
	Обед					
27,00	Салат из св овощей	100,00	2,6	7,8	3,0	93,0
302,00	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	10,68	4,92	47,81	314,64
288,00	Птица отварная	100,00	22,65	19,63	4,62	281,50
331,00	Соус основной красный	30,00	0,50	1,50	2,10	24,00
376,00	Чай с сахаром	200,00	0,07	0,02	15,00	60,00
5,00	Хлеб пшеничный	60,00	3,95	0,50	24,16	117,00
	ИТОГО	640	40,45	34,37	96,69	890,14

Индивидуальный предприниматель  Серякова Л.Н.