

4 день

Согласовано:

Руководитель учреждения

В.Н. Корепанова

2021 г.

Утверждено:

ИП А.Н. Моисеева

2021 г.

Меню для питания детей в школе-интернате с 7 до 18 лет
на 16 октября 2021 г.

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак	595	25,0	27,5	96,7	734,3
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200	15,5	12,9	31,7	304,9
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157,1
Какао с молоком	200	3,4	4,2	16,4	117,0
Фрукты в ассортименте	150	2,3	0,2	26,0	115,0
Хлеб пшеничный	20	1,3	0,3	8,1	40,3
или Хлеб пшеничный витаминизированный	20				
Обед	895	31,3	33,9	162,8	1081,5
Салат из моркови	100	1,1	5,0	9,1	85,8
или Салат витаминный	100	1,1	4,9	7,6	78,9
Рассольник домашний с мясом, со сметаной	250/10/5	4,7	6,5	13,7	132,1
Печень, тушеная в соусе	100/50	12,9	12,4	5,3	184,4
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2
Компот из кураги	200	0,9	0,0	27,0	111,6
Хлеб ржаной	70	3,3	0,7	30,6	141,9
или Хлеб ржаной витаминизированный	70				0,0
Хлеб пшеничный	70	3,5	1,0	28,4	136,6
или Хлеб пшеничный витаминизированный	70				0,0
Полдник	360	6,5	14,0	60,5	394,0
Булочка "Пермская"	60	2,8	6,5	39,0	225,7
Йогурт сливочный в и/у	100	3,5	7,5	9,5	119,5
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8
Ужин	605	28,0	20,7	67,9	569,9
Икра кабачковая пром.производства для детского питания	100	1,4	4,5	5,5	68,1
Рыба запеченная с маслом	120/5	20,3	12,4	6,2	217,6
Булгур с овощами	180	3,7	3,2	24,0	139,6
Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	11,0	44,8
Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	60,7
или Хлеб ржаной витаминизированный	30				0,0
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39,1
или Хлеб пшеничный витаминизированный	20				0,0
Второй ужин	220	7,0	7,3	11,9	141,8
Кисломолочный напиток в ассортименте	200	5,3	6,4	7,0	106,8
Мучное изделие промышленного производства в асс.	20	1,7	0,9	4,9	35,0
ИТОГО:		98	103	400	2922

Мед. Работник _____
Повар-бригадир _____