

10 день

Согласовано:

Руководитель учреждения

им. гвардии майора

А. Колотилова

Укатского

муниципального

района

ОГРН

001420

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 31 октября 2021 г.

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак	565	16,1	25,7	96,3	680,9
Бутерброд горячий с сыром	60	4,4	10,5	12,1	160,5
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28,0	196,3
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9
Йогурт сливочный	100	3,5	7,5	9,5	119,5
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39,1
	20				0,0
Обед	865	31,1	38,6	131,1	996,2
Нарезка из свеклы отварной с маслом	100	1,4	5,0	6,8	77,8
Овощи Салат из капусты белокачанной с перцем	100	1,1	5,0	7,6	79,8
Рассольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,1	5,2	12,5	113,2
Котлета рыбная натуральная, запеченная	120	14,9	17,8	9,2	256,6
Картофель тушеный	180	3,4	4,2	22,5	141,4
Сок Вишневый	200	0,4	0,0	22,0	89,6
Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	121,4
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	116,4
Полдник	380	9,0	14,7	114,6	626,7
Корж молочный	60	4,1	7,3	39,3	239,3
Мучное изделие булочка с вишневым джемом	60	4,1	7,3	39,3	239,3
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8
Фрукты бананы	120	0,6	0,1	24,0	99,3
Ужин	650	18,1	19,2	76,7	552,0
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	100	0,8	0,1	1,6	10,5
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11,3
Гречка по-купечески с мясом	250	15,3	18,4	37,3	376,0
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89,0
Фрукты Яблоко	100	0,1	0,2	5,7	25,0
Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	40,2
	20				0,0
Второй ужин	220,0	7,0	7,3	11,9	141,3
Кисломолочный напиток СНЕЖОК	200	5,3	6,4	7,0	106,8
Мучное изделие булочка	20	1,7	0,9	4,9	34,5
ИТОГО:		75	93	383	2668

Мед. Работник
Повар-бригадир

Сидорова