

3 день

Согласовано

Руководитель учреждения

МАОУ
«Муниципальное учреждение
«Гарди маторса
А. Копотилона»
Уватского
муниципального района
Свердловской области»

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 2 ноября 2021 г.

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак	620	33,1	36,0	62,6	706,8
Бутерброд с сыром	30/30	7,2	7,8	11,9	146,6
Смлет натуральный с маслом	200/10	19,9	23,1	1,5	293,5
Какао с молоком	200	3,4	4,2	16,4	117,0
Фрукты <u>яблоко</u>	150	0,2	0,3	8,6	37,9
Хлеб ржаной	30	1,1	0,2	14,1	62,6
Хлеб пшеничный	25	1,3	0,4	10,1	49,2
	25				0,0
Обед	890	31,3	37,7	132,0	992,5
Салат овощной	100	2,3	5,0	9,1	90,6
или Салат из свежих помидоров	100	1,0	5,1	3,5	63,9
Суп картофельный с рыбой	250/60	7,6	7,1	18,1	166,7
Котлеты из говядины	100	10,1	14,2	17,0	236,2
Капуста тушеная	180	3,7	4,7	14,9	116,7
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,0	15,1	61,2
Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101,7
	50				0,0
Хлеб пшеничный	80	4,0	1,1	32,4	155,5
	80				0,0
Полдник	400	6,3	6,1	77,5	390,1
Кондитерское изделие (пряники)	50	5,5	5,7	30,0	193,3
Фрукты <u>яблоко</u>	150	0,5	0,2	26,0	107,8
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89,0
Ужин	600	17,2	14,6	80,2	521,0
Овощи натуральные	100	1,1	0,1	3,8	20,5
Плов из мяса	300	13,5	13,9	44,5	357,1
Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	11,0	44,8
Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	40,2
или Хлеб ржаной витаминизированный	20				0,0
Хлеб пшеничный	30	1,5	0,4	12,2	58,4
или Хлеб пшеничный витаминизированный	30				0,0
Второй ужин	200	6,0	7,0	10,7	129,8
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	6,0	7,0	10,7	129,8
Итого:		93	96	359	2674

Мед. Работник
Повар-бригадир