

8 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 11 лет
на 21 ноября 2021 г.

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	ЭЦ, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угл. г
Завтрак	560	666,5	20,3	24,1	92,1
Суп молочный с крупой	300	228,8	7,5	9,2	29,0
Бутерброд с сыром и маслом-	30/10/20	183,8	7,5	11,8	11,9
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	93,1	1,9	2,3	16,2
Хлеб ржаной	40	82,6	1,4	0,2	18,8
или Хлеб ржаной витаминизированный	40	0,0			
Хлеб пшеничный	40	78,2	2,0	0,6	16,2
или Хлеб пшеничный витаминизированный	40	0,0			
Обед	885	933,2	36,7	28,0	133,6
Салат из свежих помидоров	100	63,9	1,0	5,1	3,5
Суп из овощей с яйцом и мясом	250/10	115,5	5,3	5,5	11,2
Рыба запеченная с маслом	120/5	217,6	20,3	12,4	6,2
Картофель отварной с маслом и зеленью	200	160,4	3,8	3,6	28,2
Сок в ассортименте	200	138,0	0,5	0,0	34,0
Хлеб ржаной	60	121,4	2,8	0,6	26,2
или Хлеб ржаной витаминизированный	60	0,0			
Хлеб пшеничный	60	116,4	3,0	0,8	24,3
или Хлеб пшеничный витаминизированный	60	0,0			
Полдник	380	428,0	14,0	15,2	58,8
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте	80	263,0	7,8	10,2	35,0
Молоко питьевое кипяченое	200	105,8	5,8	5,0	9,4
Фрукты в ассортименте	100	59,2	0,4	0,0	14,4
Ужин	655	561,2	20,4	17,2	81,2
Яйца вареные	40	63,0	5,1	4,6	0,3
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	100	10,5	0,8	0,1	1,6
или Овощи свежие (огурцы)	100	11,3	0,7	0,1	1,9
Котлеты рубленые из птицы	100	163,2	8,9	8,8	12,1
Макаронные изделия отварные	180	210,2	3,8	3,4	41,1
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200/20/10	62,8	0,2	0,0	15,5
Хлеб ржаной	20	40,2	0,9	0,2	8,7
или Хлеб ржаной витаминизированный	20	0,0			
Второй ужин	220	141,3	7,0	7,3	11,9
Кисломолочный напиток в	200	106,8	5,3	6,4	7,0
Мучное изделие булочка с маком .	20	34,5	1,7	0,9	4,9
ИТОГО:		2730	98	92	378

Мед. Работник _____
Повар-бригадир _____