

8 день

Согласовано  
Руководитель учреждения

*И. С. Березовский*  
2021 г.

Утверждено:

*И. А. Н. Моисеева*  
ИП А.Н. Моисеева  
2021 г.

**Меню для питания детей в школе-интернате с 7 до 18 лет  
на 12 декабря 2021 г.**

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

Мед. Работник *Ульянова*  
Повар-бригадир *Сидорова*