

2 день

Согласовано:

Руководитель учреждения

И.Г. Пережогина

2022 г.

Утверждено:

ИП А.Н. Моисеева

2022 г.

Меню для питания детей в школе-интернате с 12 до 18 лет на 20 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом	550	15,8	26,0	89,2	652,4
Каша гречневая молочная жидкая с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157,1
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200/5	6,5	6,1	30,2	201,7
Йогурт сливочный в и/у	200	1,9	2,3	16,2	93,1
Хлеб ржаной	100	3,5	7,5	9,5	119,5
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	81,0
Обед					
	845	32,8	33,7	130,9	958,1
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11,3
Борщ из свежей капусты, со сметаной и мясом	250/5/10	4,4	5,5	12,7	117,9
Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"	100	16,2	15,1	0,7	203,5
Рагу овощное	180	4,2	11,3	23,0	210,5
Сок яблочный	200	0,5	0,0	34,0	138,0
Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	121,4
Хлеб пшеничный	80	4,0	1,1	32,4	155,5
Полдник					
	400	21,5	19,4	41,4	426,2
Сырники из творога запеченные с молоком сгущенным	200	15,7	14,4	32,0	320,4
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	5,0	9,4	105,8
Ужин					
	630	20,1	13,5	90,5	562,1
Мясо духовое	100	13,4	9,2	4,5	154,4
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2
Чай с медом	200	0,1	0,0	10,0	40,4
Фрукты бананы	150	0,2	0,3	8,6	37,9
Хлеб ржаной	30	1,1	0,2	14,1	60,8
Хлеб пшеничный	30	1,5	0,4	12,2	58,4
Второй ужин					
	220	7,0	7,3	11,9	141,8
Кисломолочный напиток снежок	200	5,3	6,4	7,0	106,8
Мучное изделие булочка с вишневым джемом	20	1,7	0,9	4,9	35,0
ИТОГО:		97	100	364	2740

Мед. Работник

Повар-бригадир

Усманов

Павел