

6 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 26 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак	565	15,4	15,2	118,2	671,2
Каша пшенная с маслом	200/5	4,8	6,9	28,0	193,3
Кондитерское изделие промышленного производства в асс. (пряники, печенье, вафли)	60	3,5	3,7	34,5	185,3
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	1,9	2,3	16,2	93,1
Йогурт молочный полужирный в и/у	100	1,8	1,5	4,5	38,7
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
Обед	855	27,7	39,7	146,8	1055,3
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	1,5	5,0	4,7	69,8
или Салат из свежих помидоров	100	1,0	5,1	3,5	63,9
Солянка домашняя со сметаной	250/10/10/5	5,6	6,2	12,1	126,6
Шницель из говядины	100	10,1	14,2	17,0	236,2
Рис припущенный с овощами "Мозайка"	180	3,2	7,7	37,9	233,7
Компот из апельсинов	200	0,5	0,1	21,1	87,3
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
Полдник	400	22,9	18,6	39,5	417,0
Запеканка из творога с молоком сгущенным	200	18,1	14,0	24,5	296,4
Шоколадный напиток "Несквик"	200	4,8	4,6	15,0	120,6
Ужин	685	27,0	18,3	67,4	542,3
Салат из свеклы отварной с чесноком	100	1,4	5,0	6,8	77,8
Тефтели рыбные с маслом	120/5	20,5	7,0	8,5	179,0
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5
Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	11,0	44,8
Фрукты в ассортименте	100	0,1	0,2	5,7	25,0
Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	40,2
или Хлеб ржаной витаминизированный	20				0,0
Второй ужин	220	7,0	7,3	11,9	141,3
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
ИТОГО:		100	99	384	2827

Мед. Работник
Повар-бригадир

Утверждаю
Моисеева