

12 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 23 января 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак	550	14,7	22,0	98,3	650,0
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157,1
Каша кукурузная жидкая с маслом	200/5	6,2	7,5	36,0	236,3
Какао с молоком	200	3,4	4,2	16,4	117,0
Фрукты в ассортименте	100	1,5	0,2	17,3	77,0
Хлеб ржаной	30	1,1	0,2	14,1	62,6
или Хлеб ржаной витаминизированный	30				0,0
Обед	900	41,9	28,9	136,5	973,7
Салат картофельный с огурцами	100	1,6	5,0	8,4	85,0
Уха ростовская	250/60	8,5	6,7	18,9	169,9
Курица, запеченная в сметанном соусе	120	22,0	12,4	2,5	209,6
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,0	15,1	61,2
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	350	9,7	4,2	79,0	392,6
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (рулет)	150	9,5	4,2	67,0	343,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8
Ужин	600	15,1	19,1	83,8	567,5
Салат из моркови с изюмом	100	2,2	0,2	25,5	112,6
Печень, тушеная в соусе с картофелем и овощами	300	10,8	18,4	30,5	330,8
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	20	1,0	0,3	8,1	39,1
или Хлеб пшеничный витаминизированный	20				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:		87	81	408	2712

Мед. Работник _____
Повар-бригадир _____

Удаль
Гимар