

8 день

Согласовано:

Руководитель учреждения

Утверждено:

И.Г. Пережогина

ИП А.Н. Моисеева

2022 г.

2022 г.

Меню для питания детей в школе-интернате с 12 до 18 лет
на 1 февраля 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак	560	20,3	24,1	92,1	666,5
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
Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	78,2
Обед	885	36,7	28,0	133,6	933,2
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 яблочный	200	0,5	0,0	34,0	138,0
Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	121,4
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	116,4
Полдник	380	14,0	15,2	58,8	428,0
Мучное изделие булочка с маком	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
Ужин	655	20,4	17,2	81,2	561,2
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
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:		98	92	378	2730

Мед. Работник _____
Повар-бригадир _____

Моисеева
Моисеева