

5 день

Согласовано:

Руководитель учреждения

И.Г. Пережогина

"12" февраля

2022 г.

Утверждено:

ИП А.Н. Моисеева



2022 г.

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

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>	<b>620</b>	<b>14,6</b>	<b>21,7</b>	<b>106,0</b>	<b>677,7</b>
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157,1
Каша "Дружба" с маслом	200/5	6,6	8,3	34,3	238,3
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94,1
Фрукты в ассортименте	130	0,6	0,5	19,9	86,5
Хлеб ржаной	40	1,1	0,2	14,1	62,6
или Хлеб ржаной витаминизированный	40				0,0
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39,1
или Хлеб пшеничный витаминизированный	20				0,0
<b>Обед</b>	<b>875</b>	<b>29,8</b>	<b>30,3</b>	<b>142,4</b>	<b>961,5</b>
Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100/5	1,2	5,0	4,3	67,0
Суп гороховый с гренками	250/20	3,1	4,1	31,7	176,1
Биточки рыбные	120	16,3	14,1	15,5	254,1
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5
Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	89,6
Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101,7
или Хлеб ржаной витаминизированный	50				0,0
Хлеб пшеничный	50	2,5	0,7	20,3	97,5
или Хлеб пшеничный витаминизированный	50				0,0
<b>Полдник</b>	<b>400</b>	<b>15,0</b>	<b>15,2</b>	<b>57,8</b>	<b>428,0</b>
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте	80	8,8	10,2	34,0	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>605</b>	<b>15,6</b>	<b>27,5</b>	<b>55,6</b>	<b>532,3</b>
Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом	100	0,2	4,6	5,1	62,6
Мясо, тушенное с капустой	300	13,4	22,4	21,5	341,2
Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	12,2	49,2
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
<b>Второй ужин</b>	<b>200</b>	<b>1,7</b>	<b>0,9</b>	<b>4,9</b>	<b>34,5</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>77</b>	<b>96</b>	<b>367</b>	<b>2634</b>

Мед. Работник  
Повар-бригадир

*Удальцова*  
*Павлова*