

7 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 14 февраля 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак		20,7	23,3	95,4	674,1
Бутерброд с сыром	30/30	7,2	7,8	11,9	146,6
Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	6,4	7,2	27,0	198,4
Чай с сахаром	200	0,2	0	12	48,8
Йогурт сливочный в и/у	100	3,5	7,5	9,5	119,5
Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	78,2
или Хлеб пшеничный витаминизированный	40				0,0
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6
Обед		29,9	25,3	139,6	905,7
Помидор свежий	100	0,6	0,2	4,2	21,0
Суп с крупой и мясом	250/10	6,5	6,4	20,1	164,0
Жаркое по-домашнему	250	15,2	17,0	33,0	345,8
Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	23,7	98,0
Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	121,4
или Хлеб ржаной витаминизированный	60				0,0
Хлеб пшеничный	80	4,0	1,1	32,4	155,5
или Хлеб пшеничный витаминизированный	80				0,0
Полдник		6,3	7,3	79,7	409,7
Пирог "Вечерний"	60	3,4	7,1	31,7	204,3
Фрукты в ассортименте	160	2,5	0,2	26,0	115,8
Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	89,6
Ужин		19,5	18,5	64,3	501,7
Оладьи из печени с маслом	120/5	15,5	12,7	7,5	206,3
Каша гречневая вязкая отварная	180	2,0	5,4	29,2	173,4
Компот из свежих ягод	200	0,2	0,0	11,0	44,8
Фрукты в ассортименте	120	0,9	0,2	7,9	37,0
Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	40,2
или Хлеб ржаной витаминизированный	20				0,0
Второй ужин		6,0	7,0	10,7	129,8
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	6,0	7,0	10,7	129,8
ИТОГО:		82	81	390	2621

Мед. Работник _____
Повар-бригадир _____

Моисеева
Моисеева