

5 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 8 марта 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак	620	14,6	21,7	106,0	677,7
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
Обед	875	29,8	30,3	142,4	961,5
Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100/5	1,2	5,0	4,3	67,0
Суп гороховый с гречками	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
Полдник	400	15,0	15,2	57,8	428,0
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
Ужин	605	15,6	27,5	55,6	532,3
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
Второй ужин	200	1,7	0,9	4,9	34,5
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:		77	96	367	2634

Мед. Работник _____
Повар-бригадир _____

Заведующий
Повар