

6 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 9 марта 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак	565	11,9	11,5	83,7	485,9
Каша пшенная с маслом	200/5	4,8	6,9	28,0	193,3
Какао с молоком	200	1,9	2,3	16,2	93,1
Йогурт молочный полужирный в и/у	100	1,8	1,5	4,5	38,7
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6
Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	78,2
Обед	855	26,7	34,6	143,3	991,4
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	1,5	5,0	4,7	69,8
Солянка домашняя со сметаной	250/10/10/5	5,6	6,2	12,1	126,6
Рыба запеченная с яйцом	100	10,1	14,2	17,0	236,2
Пюре картофельное	180	3,2	7,7	37,9	233,7
Какао с молоком	200	0,5	0,1	21,1	87,3
Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	121,4
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	116,4
Полдник	400	22,9	18,6	39,5	417,0
Пицца школьная	200	18,1	14,0	24,5	296,4
Чай с сахаром	200	4,8	4,6	15,0	120,6
Ужин	685	27,0	18,3	67,4	542,3
Салат из свеклы отварной с чесноком	100	1,4	5,0	6,8	77,8
Котлета мясная говядина	120/5	20,5	7,0	8,5	179,0
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5
Сок яблочный	200	0,2	0,0	11,0	44,8
Фрукты в ассортименте	100	0,1	0,2	5,7	25,0
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:		96	90	346	2578

Мед. Работник
Повар-бригадир

Ульманс
Пили