

10 день

Согласовано:

Руководитель учреждения

Утверждено:

И.Г. Пережогина

ИП А.Н. Моисеева

"15" марта 2022 г.

2022 г.

Меню для питания детей в школе-интернате с 7 до 18 лет
на 15 марта 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	ЭЦ, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угл. г
Завтрак	565	680,9	16,1	25,7	96,3
Бутерброд горячий с сыром	60	160,5	4,4	10,5	12,1
Каша манная жидкая с маслом	200/5	196,3	5,1	7,1	28,0
Чай "Витаминный"	200	82,9	0,7	0,1	19,8
Йогурт сливочный в и/у	100	119,5	3,5	7,5	9,5
Хлеб ржаной	40	82,6	1,4	0,2	18,8
Хлеб пшеничный	20	39,1	1,0	0,3	8,1
Обед	865	996,2	31,1	38,6	131,1
Нарезка из свеклы отварной с маслом	100	77,8	1,4	5,0	6,8
или Салат из капусты белокочанной с перцем	100	79,8	1,1	5,0	7,6
Рассольник с мясом, со сметаной	250/10/5	113,2	4,1	5,2	12,5
Котлета рыбная натуральная, запеченная	120	256,6	14,9	17,8	9,2
Картофель тушеный	180	141,4	3,4	4,2	22,5
Сок в ассортименте	200	89,6	0,4	0,0	22,0
Хлеб ржаной	60	121,4	2,8	0,6	26,2
Хлеб пшеничный	60	116,4	3,0	0,8	24,3
Полдник	380	626,7	9,0	14,7	114,6
Корж молочный	60	239,3	4,1	7,3	39,3
Мучное изделие промышленного производства печенье юбилейное с шоколадом	60	239,3	4,1	7,3	39,3
Чай с сахаром	200	48,8	0,2	0,0	12,0
Фрукты яблоко	120	99,3	0,6	0,1	24,0
Ужин	650	541,5	17,3	19,1	75,1
Овощи свежие (огурцы)	100	11,3	0,7	0,1	1,9
Гречка по-купечески с мясом	250	376,0	15,3	18,4	37,3
Кисель из свежих ягод	200	89,0	0,3	0,2	21,5
Фрукты яблоки	100	25,0	0,1	0,2	5,7
Хлеб ржаной	20	40,2	0,9	0,2	8,7
Второй ужин	220,0	141,3	7,0	7,3	11,9
Кисломолочный напиток снежок	200	106,8	5,3	6,4	7,0
Мучное изделие булочка по домашнему	20	34,5	1,7	0,9	4,9
ИТОГО:		2668	75	93	383

Мед. Работник _____
Повар-бригадир _____

Удиль
Лилия