

13 день

Согласовано:

Руководитель учреждения

И.Г. Пережогина

2022 г.

Утверждено:

ИП А.Н. Моисеева

2022 г.

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

| Наименование блюда                                       | Химический состав |              |             |             |              |
|--|-------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|
|  | Выход, г          | ЭЦ, ккал     | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       |
| <b>Завтрак</b>   | <b>575</b>        | <b>538,3</b> | <b>14,3</b> | <b>16,7</b> | <b>82,7</b>  |
| Суп молочный с макаронными изделиями                     | 250               | 164,9        | 5,5         | 6,1         | 22,0         |
| Кофейный напиток на сгущенном молоке                     | 200               | 93,1         | 1,9         | 2,3         | 16,2         |
| Йогурт молочный полужирный 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   | 40                | 78,2         | 2,0         | 0,6         | 16,2         |
| <b>Обед</b>  | <b>865</b>        | <b>931,4</b> | <b>36,7</b> | <b>26,6</b> | <b>136,3</b> |
| Икра кабачковая пром.производства для детского питания   | 100               | 68,1         | 1,4         | 4,5         | 5,5          |
| или Нарезка из огурцов свежих с маслом растительным      | 100               | 58,2         | 0,8         | 5,0         | 2,5          |
| Борщ "Украинский" с мясом, со сметаной                   | 250/10/5          | 151,5        | 4,9         | 5,9         | 19,7         |
| Бефстроганов из говядины                                 | 120               | 206,3        | 21,0        | 11,1        | 5,6          |
| Булгур с овощами   | 180               | 139,6        | 3,7         | 3,2         | 24,0         |
| Сок апельсиновый   | 200               | 138,0        | 0,5         | 0,0         | 34,0         |
| Хлеб ржаной  | 60                | 121,4        | 2,8         | 0,6         | 26,2         |
| Хлеб пшеничный   | 60                | 116,4        | 3,0         | 0,8         | 24,3         |
| <b>Полдник</b>   | <b>360</b>        | <b>615,8</b> | <b>12,0</b> | <b>23,8</b> | <b>88,4</b>  |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | 60                | 225,4        | 2,9         | 9,4         | 32,3         |
| или Пирог "Дачный"                                       | 60                | 225,4        | 2,9         | 9,4         | 32,3         |
| Молоко питьевое кипяченое                                | 200               | 105,8        | 5,8         | 5,0         | 9,4          |
| Фрукты яблоко  | 100               | 59,2         | 0,4         | 0,0         | 14,4         |
| <b>Ужин</b>  | <b>620</b>        | <b>606,2</b> | <b>29,3</b> | <b>23,8</b> | <b>68,7</b>  |
| Яйца вареные   | 40                | 63,0         | 5,1         | 4,6         | 0,3          |
| Рыба, тушеная в томате с овощами                         | 120/100           | 254,7        | 18,3        | 15,1        | 11,4         |
| Картофель отварной с маслом и зеленью                    | 200               | 160,4        | 3,8         | 3,6         | 28,2         |
| Чай с сахаром  | 200               | 48,8         | 0,2         | 0,0         | 12,0         |
| Хлеб ржаной  | 20                | 40,2         | 0,9         | 0,2         | 8,7          |
| Хлеб пшеничный   | 20                | 39,1         | 1,0         | 0,3         | 8,1          |
| <b>Второй ужин</b>                                       | <b>220</b>        | <b>141,3</b> | <b>7,0</b>  | <b>7,3</b>  | <b>11,9</b>  |
| Кисломолочный напиток Ряженка                            | 200               | 106,8        | 5,3         | 6,4         | 7,0          |
| Булочка с корицей  | 20                | 34,5         | 1,7         | 0,9         | 4,9          |
| <b>ИТОГО:</b>  |                   | <b>2727</b>  | <b>92</b>   | <b>88</b>   | <b>391</b>   |

Мед. Работник  
Повар-бригадир

*Зубкова*  
*Гильберт*