



## Меню Интернат 7-11

Неделя 2 день: 2

2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>					
КАША ОВСЯНО-ГРЕЧНЕВАЯ "ЗДОРОВЬЕ" (Геркулес, Молоко, Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	150	6,75	6,83	28,05	200,63
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ТК-14,2008)	15	3,45	4,45	0	54,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (Молоко, Кофейный напиток, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	2,2	3,8	22,3	132
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,48	0,48	11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>510</b>	<b>14,25</b>	<b>16,3</b>	<b>71,99</b>	<b>495,41</b>
<b>Завтрак II</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	20,6	88,06
КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	60	2,72	4,32	20,64	132,32
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>260</b>	<b>3,73</b>	<b>4,5</b>	<b>41,24</b>	<b>220,38</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	100	1	5,2	2,5	61
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Горошек зелёный консерв., Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сметана, Соль)	250/15/10	4,94	8,22	10,56	136,4
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ (Яйцо, Рыба филе с/м, Петрушка свежая, Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сахар панировочный)	100	11	4,1	3,3	94,1
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ (Яйцо, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Горошек зелёный консерв., Капуста б/к свежая, Манная крупа, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Сметана, Соль)	150	2,43	3,64	9,71	81,36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,1	0,1	24,9	100,9
<b>Итого за Обед</b>	<b>890</b>	<b>23,57</b>	<b>22,33</b>	<b>78,92</b>	<b>611,84</b>
<b>Полдник</b>					
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (Творог, Яйцо, Масло растительное, Молоко сгущенное, Мука пшеничная в/с, Соль)	120/30	22,59	18,75	27,42	368,91
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>22,89</b>	<b>18,84</b>	<b>43,22</b>	<b>434,12</b>
<b>Ужин</b>					
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (Капуста б/к свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	60	0,9	6,06	2,64	69
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ "БОЛОНЬЕЗЕ" (Томат - паста, Вода питьевая, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Макароны, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Соль)	250	21,44	17,98	60,2	489,16
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,1	0	26,8	107,6
<b>Итого за Ужин</b>	<b>570</b>	<b>26,27</b>	<b>24,96</b>	<b>115,61</b>	<b>793,46</b>
<b>Ужин II</b>					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,4	0,18	7,2	55,8
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,32	3,5	3,76	56
<b>Итого за Ужин II</b>	<b>200</b>	<b>7,72</b>	<b>3,68</b>	<b>10,96</b>	<b>111,8</b>
<b>Итого за день</b>	<b>2 780</b>	<b>98,43</b>	<b>90,61</b>	<b>361,94</b>	<b>2667,01</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_



ГБОУ школы-интерната №9  
Кировского района Санкт-Петербурга

Е.В. Матюхина