



Меню Интернат 7-11

Неделя 2 день: 3

2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Сахарный песок, Соль)	150/5	3,95	6,35	21,65	160,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
БАНАН СВЕЖИЙ	180	2,7	0,9	37,8	172,8
Итого за Завтрак	560	8,32	8,08	85,13	450,39
Завтрак II					
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	60	1,52	3,68	13,76	94,24
Итого за Завтрак II	260	2,52	3,88	34,36	182,44
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (Масло растительное, Огурцы свежие)	100	0,72	5,1	2,5	59
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста блк свежая, Лавровый лист, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	250/15/10	4,84	8,12	12,06	140,4
ФРИКАСЕ ИЗ КУРИЦЫ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сметана, Соль)	100	13,1	6,7	9,3	149,9
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	150	3,47	4,96	31,3	183,75
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
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,04	0,1	18,2	73
Итого за Обед	890	26,27	26,05	101,31	744,13
Полдник					
ТЫКВА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ФРУКТАМИ, ПО-ИЖЕВСКИ (Яблоко свежее, Тыква, Курага, абрикосы сушеные (целые плоды) без косточки, высший сорт, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок)	150	2	4,95	52,06	260,79
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ (Брусника протёртая с сахаром, Вода питьевая)	200	0,14	0,06	20	81,06
Итого за Полдник	350	2,14	5,01	72,06	341,85
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (Сыр, Свекла очищенная, Масло растительное)	60	1,32	2,7	3,36	43,02
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА В СМЕТАННОМ СОУСЕ (Вода питьевая, Говядина, Мука пшеничная в/с, Сметана, Соль)	90	11,63	9,32	2,46	140,06
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,72	6,48	24,36	169,2
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
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград сушеный «Изюм», высший сорт, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,5	0,1	15	62,9
Итого за Ужин	690	21	19,52	71,15	542,88
Ужин II					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2.5 %	180	5,4	1,8	7,56	72
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5
Итого за Ужин II	200	6,5	2,39	15,46	113,5
Итого за день	2 850	66,75	64,93	379,47	2375,19

Зав. производством _____

Бухгалтер _____



ГБОУ школы-интерната №9
Кировского района
Санкт-Петербурга

Е.В. Матюхина