



Меню Интернат 12-18

Неделя 1 день: 5

2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (Ячневая крупа, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	200/10	7,3	11,37	35,97	275
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
АПЕЛЬСИН	150	1,35	0,3	12,15	56,7
Итого за Завтрак	600	11,14	12,94	79,72	479,91
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 СВЕКЛЫ С СЫРОМ (Сыр, Свекла очищенная, Масло растительное)	100	2,2	4,5	5,6	71,7
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, КУРОЙ ОТВАРНОЙ (Цыпленок бройлер, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	250/20	5,34	6,47	12,56	128,76
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (Батон, Рыба филе с/м, Вода питьевая, Масло растительное, Соль, Сушари панировочные)	120	15,6	15,12	18	271,2
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Сметана, Соль)	180	3,03	18,84	14,74	243,43
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	60	4,1	0,5	27,1	129,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
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 Обед	970	32,96	46,71	108,8	990,29
Полдник					
ОМЛЕТ "СЫТНЫЙ" (Сыр, Яйцо, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Молоко, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Помидоры свежие, Соль)	150	10,5	12,15	3,5	165,35
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	200	0,29	0,1	16	65
Итого за Полдник	350	10,79	12,25	19,5	230,35
Ужин					
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (Капуста б/к свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	100	1,5	10,1	4,4	115
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА В СМЕТАННОМ СОУСЕ (Вода питьевая, Говядина, Мука пшеничная в/с, Сметана, Соль)	110	14,22	11,39	3,01	171,19
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	4,32	5,52	45,24	247,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	60	4,1	0,5	27,1	129,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (Крахмал, Вода питьевая, Курага, абрикосы сушеные (целые плоды) без косточки, высший сорт, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,7	0,1	19	79,7
Итого за Ужин	690	27,03	28,79	114,55	826,39
Ужин II					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2.5 %	200	6	2	8,4	80
ЗЕФИР	35	0,26	0	25,38	102,55
Итого за Ужин II	235	6,26	2	33,78	182,55
Итого за день	3 105	90,7	106,57	390,71	2890,93

Зав. производством _____

Бухгалтер _____



Директор ГБОУ школы-интерната №9
Калининского района

Е.В. Матюхина