



Меню Интернат 12-18

Неделя 2 день: 2

2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ОВСЯНО-ГРЕЧНЕВАЯ "ЗДОРОВЬЕ" (Геркулес, Молоко, Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5% Сахарный песок Соль)	200	9	9,1	37,4	267,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ТК-14,2008)	15	3,45	4,45	15,8	54,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (Молоко, Кофейный напиток, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	2,2	3,8	22,3	132
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	555	17,24	18,93	85,3	584
Завтрак II					
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	20,6	88,06
КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	60	2,72	4,32	20,64	132,32
Итого за Завтрак II	260	3,73	4,5	41,24	220,38
Обед					
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 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)	200/20/10	4,9	8,22	8,52	128
РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (Томат - паста, Рыба филе с/м, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	120	7,56	3,84	4,92	89,28
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)	180	2,91	4,37	11,66	97,63
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 КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (Крахмал, Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,1	0	27,3	109,6
Итого за Обед	930	22,76	23,31	97,8	697,81
Полдник					
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
Итого за Полдник	350	22,89	18,84	43,22	434,12
Ужин					
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (Капуста б/к свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	100	1,5	10,1	4,4	115
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ (Батон, Свинина, Вода питьевая, Говядина, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль, Сахар панировочный)	110	16,5	21,78	12,98	314,6
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Лук репчатый, Макароны, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5% Соль)	180	2,39	10,66	18,43	179,19
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
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
Итого за Ужин	690	26,98	44,31	94,51	886,3
Ужин II					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	200	6	0,2	8	62
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,32	3,5	3,76	56
Итого за Ужин II	220	8,32	3,7	11,76	118
Итого за день	3 005	101,92	113,59	373,83	2940,61

Зав. производством _____

Бухгалтер _____



ГБОУ школы-интерната №9
Горный район

Е.В. Матюхина