



Меню Интернат 12-18

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)	200/10	5,3	11,23	28,9	239
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ТК-14,2008)	15	3,45	4,45	0	54,5
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	645	13,94	17,85	98,3	614,51
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 б/х свежая, Лавровый лист, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль, Сахарный песок)	250/20/10	5,4	8,96	12,06	150,2
ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (Батон, ФИЛЕ цыпл-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль, Сухоари панировочные)	120	12,72	6,96	14,88	173,04
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	180	4,16	5,95	37,56	220,5
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 СВЕЖИХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,03	0,1	25,4	103,5
Итого за Обед	980	29,32	28,75	135,3	918,54
Полдник					
ТЫКВА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ФРУКТАМИ, ПО-ИЖЕВСКИ (Яблоко свежее, Тыква, Курага, абрикосы сушёные (целые плоды) без косточки, высший сорт, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок)	150	2	4,95	52,06	260,79
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	200	0,29	0,1	16	65
Итого за Полдник	350	2,29	5,05	68,06	325,79
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (Сыр, Свекла очищенная, Масло растительное)	100	2,2	4,5	5,6	71,7
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
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	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 Ужин	690	26,93	24,15	90,87	687,29
Ужин II					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2.5 %	200	6	2	8,4	80
Итого за Ужин II	200	6	2	8,4	80
Итого за день	3 125	81	81,68	435,29	2808,57

Зав. производством _____

Бухгалтер _____



Администрация ШКОЛЫ-ИНТЕРНАТА №9
Кировского района

Е.В. Матюхина