



Меню Интернат 12-18

Неделя 2 день: 4

2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША "ЯНТАРНАЯ" (Яблоко свежее, Пшено, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	200	6,7	9,76	37,48	265
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ТК-14,2008)	15	3,45	4,45		54,5
КАКАО С МОЛОКОМ (Какао порошок, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	4,1	3,5	21	132
АПЕЛЬСИН	150	1,35	0,3	12,15	56,7
Итого за Завтрак	605	17,79	19,19	86,43	591,2
Завтрак II					
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	60	2,72	4,32	20,64	132,32
Итого за Завтрак II	260	3,72	4,52	41,24	220,52
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ! (Морковь очищенная, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Масло растительное, Сахарный песок, Соль)	100	1,6	5,1	6,9	80
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250	3,3	6	11,7	115
ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (Томат - паста, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	120	11,16	3,02	13,56	87,48
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО (Картофель очищенный, Масло растительное)	180	2,88	6,96	22,8	165,36
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 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	950	25,27	22,86	116,06	733,14
Полдник					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (Творог, Яйцо, Манная крупа, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Молоко сгущенное, Сахарный песок, Сметана, Соль, Сухофрукты)	120/30	18,45	14,77	39,36	364,11
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
Итого за Полдник	350	18,75	14,86	55,16	429,32
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Масло растительное, Помидоры свежие, Соль)	100	0,49	5,2	5,1	69
БИТОЧКИ "ПИКАНТНЫЕ" (Яйцо, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	110	16,06	5,06	2,2	118,58
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
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
Итого за Ужин	690	26,17	30,87	80,74	708,52
Ужин II					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	200	6	0,2	8	62
ЗЕФИР	35	0,26	0	25,38	102,55
Итого за Ужин II	235	6,26	0,2	33,38	164,55
Итого за день	3 090	97,96	92,5	413,01	2847,25

Зав. производством _____

Бухгалтер _____



Директор ГБОУ школы-интерната №9
Калининского района

Е.В. Матюхина