

Утверждаю
Директор



Меню интернат 14.01.2022г. 12 и старше

№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	масса порции (грамм)	Энерг. ценность (ккал)
Завтрак			
189	Каша жидкая молочная манная	200	182,28
14	Хлеб пшеничный	30	11,60
376	Чай с сахаром	200	40,00
	Итого		233,88
2-й завтрак			
210/1	Омлет натуральный с сыром	220	96,50
383	Какао с молоком	200	157,60
41	Масло сливочное	10	37,50
14	Хлеб пшеничный	50	18,50
	Итого		310,10
Обед			
45/1	Салат из капусты белокачанной с зеленым	100	140,30
206	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	164,75
234	Котлеты или биточки рыбные	100	142,20
309	Макаронные изделия отварные	200	246,00
349	Компот из смеси сухофрукт	200	132,00
14	Хлеб пшеничный	100	23,50
38	Плоды свежие	100	47,00
	Итого		895,75
Полдник			
347	Компот из плодов консервир	200	133,40
	Итого		133,40
Ужин			
288	Птица отварная	100	206,25
679	Каша рассыпчатая пшеничн	200	284,94
376	Чай с сахаром	200	40,00
14	Хлеб пшеничный	50	18,50
	Итого		558,03
2 Ужин			
442	Сок натуральный	200	92,00
15	Кондитерские изделия	50	260,00
	Итого		352,00
	Итого за день		2779,74

Утверждаю
Директор



Меню школа 14.01.2022г. 12 и старше

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	масса порции (грамм)	Энерг. ценность (ккал)
Завтрак			
210/1	Омлет натуральный с сыром	220	96,50
383	Какао с молоком	200	157,60
41	Масло сливочное	10	37,50
14	Хлеб пшеничный	50	18,50
	Итого		310,10
Обед			
45/1	Салат из капусты белокачанной с зеленым	100	140,30
206	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	164,75
234	Котлеты или биточки рыбные	100	142,20
309	Макаронные изделия отварные	200	246,00
349	Компот из смеси сухофрукт	200	132,00
14	Хлеб пшеничный	100	23,50
38	Плоды свежие	100	47,00
	Итого		895,75
	Итого за день		1205,85

Утверждаю
Директор  О.П. Чоботар



Меню интернат 14.01.2022г. 7-11 лет

№ рецептур	Прием пищи, наименование блюд	масса порции (грамм)	Энерг. ценность (ккал)
5 день			
Завтрак			
189	Каша жидкая молочная молочная	150	182,28
376	Чай с сахаром	200	40,00
14	Хлеб пшеничный	30	18,50
	Итого		222,28
2-й завтрак			
210/1	Омлет натуральный с сыром	150	96,50
383	Какао с молоком	200	117,60
41	Масло сливочное	10	37,50
14	Хлеб пшеничный	50	18,50
	Итого		368,60
Обед			
45/1	Салат из капусты белокачанной с зеленым горошком	100	140,30
206	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	164,75
234	Котлеты или биточки рыбные	100	142,20
309	Макаронные изделия отварные	200	246,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	132,00
14	Хлеб пшеничный	60	23,50
38	Фрукты свежие	100	47,00
	Итого		845,30
Полдник			
347	Компот из плодов консервированных	200	133,40
	Итого		133,40
Ужин			
288	Птица отварная	100	206,25
679	Каша рассыпчатая	200	284,94
376	Чай с сахаром	200	40,00
14	Хлеб пшеничный	50	18,50
	Итого		549,69
2 Ужин			
442	Сок натуральный	200	92,00
15	Кондитерские изделия	50	260,00
	Итого		352,00
	Итого за день		2389,90

Утверждаю
Директор  О.П. Чоботар



Меню школа 14.01.2022г. 7-11 лет

№ рецептур	Прием пищи, наименование блюд	масса порции (грамм)	Энерг. ценность (ккал)
Завтрак			
210/1	Омлет натуральный с сыром	150	96,50
383	Какао с молоком	200	117,60
41	Масло сливочное	10	37,50
14	Хлеб пшеничный	50	18,50
	Итого		368,60
Обед			
45/1	Салат из капусты белокачанной с зеленым горошком	100	140,30
206	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	164,75
234	Котлеты или биточки рыбные	100	142,20
309	Макаронные изделия отварные	200	246,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	132,00
14	Хлеб пшеничный	60	23,50
38	Фрукты свежие	100	47,00
	Итого		845,30
	Итого за день		1213,90