

Утверждаю
Директор  О.П. Чоботар

Меню интернат 31.01.2022г. 7-11 лет

№ реце пту	Прием пищи, наименование блюдо	масса порции (грамм)	Энерг. ценность (ккал)
1 день			
Завтрак			
189	Каша пшеничная жидкая	150	73,56
41	Масло сливочное	10	37,50
14	Хлеб пшеничный	30	18,60
376	Чай с сахаром	200	40,00
	Итого		169,66
2-й завтрак			
175	Каша молочная "Дружба"	150	230,25
376	Чай с сахаром	200	40,00
42	Сыр (порционно)	20	66,20
41	Масло сливочное	20	75,00
14	Хлеб пшеничный	100	23,30
	Итого		411,45
Обед			
17	Салат из солёных огурцов с луком	100	59,80
84	Борщ с фасолью	250	121,50
230	Рыба жареная	100	212,00
679	Каша рассыпчатая рисовая	180	276,00
349	Компот из смеси сухофрукт	200	123,50
38	Плоды свежие	100	47,00
14	Хлеб пшеничный	100	23,30
	Итого		801,30
Полдник			
376	Чай с сахаром	200	40,00
339	Блинчики с джемом	115	230,60
	Итого		270,60
Ужин			
302	Каша ячневая с мясом тушенным	200	322,00
376	Чай с сахаром	200	40,00
14	Хлеб пшеничный	50	18,50
	Итого		360,50
2 ужин			
9	Молоко кипяченое	200	108,00
15	Кондитерские изделия	30	130,00
	Итого		238,00
	Итого за день		2392,53

Утверждаю
Директор  О.П. Чоботар

Меню школа 31.01.2022г. 7-11 лет

№ реце пту	Прием пищи, наименование блюдо	масса порции (грамм)	Энерг. ценность (ккал)
Завтрак			
175	Каша молочная "Дружба"	150	230,25
376	Чай с сахаром	200	40,00
42	Сыр (порционно)	20	66,20
41	Масло сливочное	20	75,00
14	Хлеб пшеничный	100	23,30
	Итого		411,45
Обед			
17	Салат из солёных огурцов с луком	100	59,80
84	Борщ с фасолью	250	121,50
230	Рыба жареная	100	212,00
679	Каша рассыпчатая рисовая	180	276,00
349	Компот из смеси сухофрукт	200	123,50
38	Плоды свежие	100	47,00
14	Хлеб пшеничный	100	23,30
	Итого		801,30
	Итого за день		1212,75

Утверждаю
Директор  О.П. Чоботар

Меню интернат 31.01.2022г. 12 и старше

№ реце п/п	Прием пищи, наименование блюдо	масса порции (грамм)	Энерг. ценность (ккал)
Завтрак			
189	Каша пшеничная жидкая	200	93,56
14	Хлеб пшеничный	50	50,60
376	Чай с сахаром	200	40,00
41	Масло сливочное	10	37,50
	Итого		217,60
2-й завтрак			
175	Каша молочная "Дружба"	200	330,25
376	Чай с сахаром	200	40,00
42	Сыр (порционно)	20	66,20
41	Масло сливочное	20	75,00
38	Плоды свежие	100	47,00
14	Хлеб пшеничный	100	23,50
	Итого		436,45
Обед			
17	Салат из солёных огурцов с луком	100	59,80
84	Борщ с фасолью	250	171,50
15	Рыба жареная	100	112,00
679	Каша рассыпчатая рисовая	200	276,00
39	Компот из смеси сухофрукт	200	132,00
14	Хлеб пшеничный	100	23,50
38	Плоды свежие	100	47,00
	Итого		812,04
Полдник			
376	Чай с сахаром	200	40,00
339	Блинчики с джемом	115	230,60
	Итого		274,60
Ужин			
302	Каша ячневая с мясом тушенн	200	322,00
376	Чай с сахаром	200	40,00
14	Хлеб пшеничный	50	18,50
	Итого		380,50
2 ужин			
9	Молоко кипяченое	200	108,00
15	Кондитерские изделия	50	260,20
	Итого		238,20
	Итого за день		2803,00

Утверждаю
Директор  О.П. Чоботар

Меню школа 31.01.2022г. 12 и старше

№ реце п/п	Прием пищи, наименование блюдо	масса порции (грамм)	Энерг. ценность (ккал)
Завтрак			
175	Каша молочная "Дружба"	200	330,25
376	Чай с сахаром	200	40,00
42	Сыр (порционно)	20	66,20
41	Масло сливочное	20	75,00
38	Плоды свежие	100	47,00
14	Хлеб пшеничный	100	23,50
	Итого		436,45
Обед			
17	Салат из солёных огурцов с луком	100	59,80
84	Борщ с фасолью	250	171,50
15	Рыба жареная	100	112,00
679	Каша рассыпчатая рисовая	200	276,00
39	Компот из смеси сухофрукт	200	132,00
14	Хлеб пшеничный	100	23,50
38	Плоды свежие	100	47,00
	Итого		812,04
	Итого за день		1248,49