7

Утверждаю:
Директор ГБОУ «Шумихинская школа-интернат»
_____О.Н.Тхор

Для документов

МЕНЮ на 19 июня 2023 г

		Меню с 7-11 лет		Меню с 11-18лет	
		Выход блюд, г	Калорийность, ккал	Выход блюд, г	Калорийность, ккал
Завтрак					
1. Каша пшенная молочная жидкая	267	150		180	
2. Масло сливочное	105	15		15	
3. Сыр сычужный твердый	100	10		10	
4. Какао с молоком	496	200		200	
5. Хлеб ржано-пшеничный	110	40		60	
6. Яблоко	–	145		145	
2-й завтрак					
1. Оладьи с маслом	536	100		100	
2. Кофейный напиток с молоком	301	200		200	
3.					
4.					
Обед					
1. Салат картофельный с шинкованой капустой и луком	73	60		70	
2. Суп картофельный с макаронными изделиями	147	200		250	
3. Плов из отварной птицы	406	160		180	
4. Компот из сухофруктов	508	200		200	
5. Хлеб пшеничный	108	80		100	
6.					
7.					
8.					
Полдник					
1.					
2.					
3.					
4.					
Ужин					
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					

Диет.сестра: _____ *Н.Ю.Гавырина*

Школа ГБОУ "Шумихинская школа-интернат" Отд./корп День 19.06.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	267	Каша пшённая молочная жидкая	150	10,17	212,7	5,8	7,1	26,8
	гор.напиток	496	Какао с молоком	200	9,30	144	3,6	3,3	25,0
	хлеб рж-пш	110	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,86	72,0	2,6	0,4	13,0
		105	Масло сливочное(порциями)	15	8,25	112	0,07	12,3	0,12
		100	Сыр сычужный твёрдый(порциями)	10	5,56	34	2,5	2,6	0,0
	фрукты		Яблоко	1 шт.	17,76	39,9	0,34	0,34	86,7
Полдник		536	Оладьи с маслом	100	7,87	298,0	7,5	12,6	38,6
	напиток	501	Кофейный напиток с молоком	200	9,08	79	3,2	2,7	15,9
			Банан	1шт	22,77				
Обед	закуска	73	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	8,72	97,2	1,8	4,1	13,1
	1 блюдо	147	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	12,64	89,0	2,1	2,2	15,0
	2 блюдо	406	Плов из отварной птицы	160	27,58	273,5	12,1	12,1	28,8
	сладкое	508	Компот из смеси сухофруктов сушёных	200	4,62	110	0,5	0,0	27,0
	хлеб пш.	108	Хлеб пшеничный	80	3,86	188	6,1	0,6	39,3