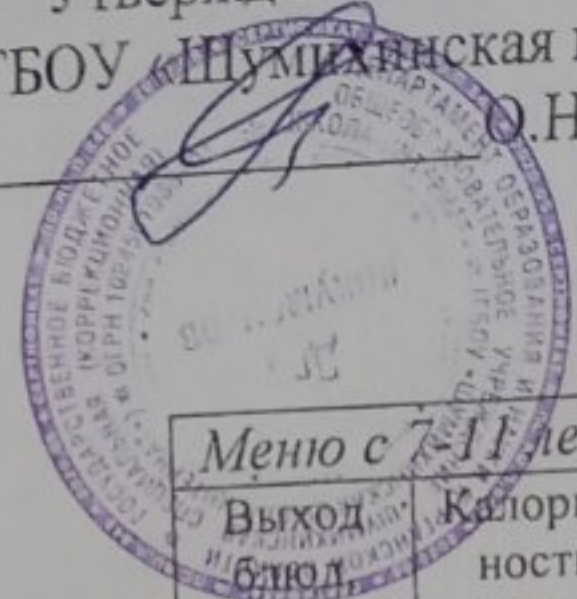


14

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



МЕНЮ на 22 июня 2023 г.

Завтрак

1. Сырники с творогом и повидлом 323
2. Квасоводный напиток с медом 501
3. хлеб ржаной - пшеничный 110
4. чай
- 5.

2-й завтрак

1. сырники творожные 579
2. каша 519
3. чай 300
4. яблоко

Обед

1. салат из овощей 25
2. суп с макаронными изделиями и картофелем 158
3. запеканка капустная с говядиной 374
4. чай с сахаром 443
5. компот из сухофруктов 508
6. хлеб пшеничный 108

Полдник

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Ужин

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.

Меню с 7-11 лет		Меню с 11-18 лет	
Выход блюд, г	Калорийность, ккал	Выход блюд, г	Калорийность, ккал
150/10	318	170/20	360
200	79	200	79
40	72	60	108
115	-	115	-
60	239	110	438
200	113	200	113
115	63	115	63
115		115	
60	39	70	45
200	89	250	111
150	410	170	294
10	23	10	23
200	113	200	113
80	188	100	235

Диет.сестра:

[Signature]

Н.Ю.Гавырина







Школа

ГБОУ "Шумихинская школа-интернат"

Отд./корп

День

22.06.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	323	Сырники с морковью и повидлом	150\10	43,61	318,0	18,8	16,0	26,8
	гор.напиток	501	Кофейный напиток с молоком	200	9,08	79	3,2	2,7	15,9
	хлеб рж-пш	110	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,86	72,0	2,6	0,4	13,0
	фрукты		Яблоко	1 шт.	17,87	39,9	0,34	0,34	86,7
Полдник	гастрономия	579	Коржик молочный	60	7,87	239,0	4,1	7,3	39,3
	напиток	508	Компот из смеси сухофруктов сушёных	200	4,62	110	0,5	0,0	27,0
		300	Яйцо	1 шт.	6,00	63	5,1	4,6	0,3
			Яблоко	1 шт.	17,96	39,9	0,34	0,34	86,7
Обед	закуска	25	Салат из сырых овощей	60	8,06	39,0	0,6	3,60	2,2
	1 блюдо	158	Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	200	12,58	87,6	2,0	2,2	14,8
	2 блюдо	374	Запеканка капустная с говядиной	150	51,83	260,0	18,3	17,2	7,8
	соус	443	Соус сметанный натуральный	10	2,40	23,0	0,3	2,1	0,6
	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