



Гтверждаю:  
 Шумихинская школа-интернат»  
 О.Н.Тхор

МЕНЮ на 06 июля 2024 г.

Завтрак

1. Омлет натуральный 54-10
2. Соус молочный натуральный 54-5
3. Кофейный напиток столовый 54-234
4. Салат из свежих помидор и огурцов 54-53
5. Сыр пастеризованный 54-8
6. Творог 589
7. Желе тирамо-молочный 110

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

Обед

1. Суп картофельный с макаронами 54-7
2. Соус 1/5 54-7
3. Стrogаново 478
4. Картофель 54-21
5. Курица отварная 54-214
6. Соус белый основной 54-2
7. Витаминизированный напиток 54-163
8. Компот из фруктов 54-344
9. Желе тирамо-молочный 108

Полдник

1. Корица молотая 54-26
2. Кисель 503
3. Фрукты
4. \_\_\_\_\_

Ужин

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_

Меню с 7-11 лет		Меню с 11-18 лет	
Выход блюда, г	Калорий- ность, ккал	Выход блюда, г	Калорий- ность, ккал
150	173	200	199
30	18	30	18
200	79	200	79
80	100	100	100
30	102	30	102
20	73	20	73
40	72	60	108
200	89	250	111
5	37	5	37
150	174	200	232
80	150	100	192
10	6,05	10	6,05
80	98	100	130
200	113	200	113
80	188	100	235
60	239	60	239
200	122	200	122
15	-	15	-

Диет.сестра: \_\_\_\_\_ Н.Ю.Гавырина















Школа

ГБОУ "Шумихинская школа-интернат"

Отд./корп

День

06.06.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-1о	Омлет натуральный	150	40,69	225,5	12,7	18,0	3,3
	закуска	54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	16,34	50	0,80	4,1	2,40
	хлеб рж-пш	110	Хлеб ржано-пшеничный	40	4,00	72,0	2,6	0,4	13,0
	гастрономия	589	Пряник	1шт	3,89	73,2	1,2	0,9	15,0
	гор.напиток	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	8,96	86,0	3,8	2,9	11,3
	соус	54-5 соус	Соус молочный натуральный	30	3,58	35,8	1,1	2,2	2,9
	закуска	54-1з	Сыр полутвёрдый в нарезке	30	18,41	107,5	7,00	8,80	0,0
Полдник	выпечка	54-2в	Коржик молочный	60	8,94	194,9	3,9	6,0	31,5
	напиток	503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	3,06	122	1,4	0,0	29,0
	фрукты		Груша	1 шт	30,78	47,0	0,4	0,3	10,3
Обед	1 блюдо	54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями на говяжьем бульоне	200	15,53	119,6	5,2	2,8	18,5
	соус	479	Сметана	5	1,10	8,1	0,1	0,8	0,2
	гарнир	54-21г	Горошница	150	3,16	204,8	14,5	1,3	33,8
	2 блюдо	54-21м	Курица отварная	80	30,06	123,8	25,7	1,9	0,9
	соус	54-2соус	Соус белый основной	10	0,39	6,3	0,3	0,4	0,4
	закуска	54-1бз	Винегрет с растительным маслом	80	6,09	89,5	0,8	7,1	5,5
	сладкое	54-3хн	Компот из чернослива	200	10,69	81	0,5	0,2	19,5
	хлеб пш.	108	Хлеб пшеничный	80	4,14	188	6,1	0,6	39,3