



МЕНЮ на 10 мая 2024 г.

Меню с 7-11 лет Меню с 11-18 лет

Выход блюд, г	Калорий- ность, ккал	Выход блюд, г	Калорий- ность, ккал
200	210	250	290
200	144	200	144
40	98	60	98
40	72	60	108
10	41	10	41
15	45	15	45
200	85	250	106
150	138	200	210
100	260	120	291
80	98	100	120
200	113	200	113
80	188	100	235
150	326	200	326
200	117	200	117
15	-	15	-

Завтрак

1. Каши «Крушбо» 54-16к
2. Каши с топинам 54-21к
3. Помидор в паруне 54-3г
4. Кисель рисово-пшеничный 180
5. Вафли сыр п/тв в паруне 588
54-1г

2-й завтрак

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Обед

1. Рассольник Ленинградский со 1/8 54-3с
2. пюре картофельное 54-11
3. Фастролом и отб говядина 54-1м
4. Салат из свеклы с сыром 55
5. Каша пшеничная 54-2м
6. Кисель пшеничный 108
7. _____
8. _____

Полдник

1. пудинг шоколадный 284
2. каша пшеничная 515
3. фрукты -
4. _____

Ужин

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

Диет.сестра: _____ Н.Ю.Гавырина







Школа

ГБОУ "Шумихинская школа-интернат"

Отд./корп

День

10.06.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-16к	Каша "Дружба"	200	11,94	168,9	5,0	5,8	24,1
	закуска	54-3з	Помидор в нарезке	60	16,27	13	0,70	0,1	2,30
	хлеб рж-пш	110	Хлеб ржано-пшеничный	40	4,00	72,0	2,6	0,4	13,0
	гастрономия	588	Вафли	1шт	2,26	35,0	0,3	0,3	7,7
	гор.напиток	54-21гн	Какао с молоком	200	10,32	100,4	4,6	3,6	12,6
	закуска	54-1з	Сыр полутвёрдый в нарезке	15	9,20	53,8	3,50	4,40	0,0
Полдник	твор. блюдо	284	Пудинг манный	150	12,57	244,5	6,9	6,1	40,7
	напиток	515	Молоко кипячёное	200	13,02	106	5,8	5,0	9,6
	фрукты		Груша	1 шт	27,18	47,0	0,4	0,3	10,3
Обед	1 блюдо	54-3с	Рассольник ленинградский на говяжьем бульоне	200	18,08	125,5	4,7	5,8	13,6
	гарнир	54-11г	Пюре картофельное	150	11,72	139,4	3,2	5,2	19,8
	2 блюдо	54-1м	Бефстроганов из отварной говядины	100	38,90	209,2	14,9	15,5	2,3
	закуска	55	Салат из свеклы с сыром	80	10,76	118,4	2,2	9,7	5,7
	сладкое	54-2хн	Компот из кураги	200	7,14	67	1,0	0,1	15,7
	хлеб пш.	108	Хлеб пшеничный	80	4,14	188	6,1	0,6	39,3