



МЕНЮ на 20 июля 2024 г.

Документ № 7-11 лет

Меню с 11-18 лет

Завтрак

	Выход блюд.	Калорийность, ккал	Выход блюд, г	Калорийность, ккал
1. Кофе натуральный топленый малый	200	192	250	246
2. Чай с сахаром	200	60	200	60
3. Огурец в жару	80	90	100	110
4. Петрушка	100г	34	100г	34
5. Суп п/тв в жару	30	102	30	102
6. Хлеб ржано-пшеничный	40	72	60	108

2-й завтрак

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Обед

1. Суп пюре картофельный с курицей	156	200	111	250	128
2. Марин по-домашнему	54-9м	200	328	250	328
3. Салат из свежих овощей и огурца	54-5г	80	110	100	130
4. Картофель тушеный	54-13м	200	97	200	97
5. Хлеб пшеничный	108	80	188	100	235
6. _____					
7. _____					
8. _____					

Полдник

Сырники	54-6г	150	368	200	368
Повидло		10	7,2	10	7,2
Сок	518	200	46	200	46
Яблоко		1шт	—	1шт	—

Ужин

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_













Школа

ГБОУ "Шумихинская школа-интернат"

Отд./корп

День

20.06.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	11,68	174,3	5,3	5,7	25,3
	закуска	54-2з	Огурец в нарезке	80	14,46	11	0,70	0,1	2,00
	хлеб рж-пш	110	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,00	72,0	2,6	0,4	13,0
	гастрономия	590	Печенье	12	1,74	41,7	0,8	1,0	7,4
	гор.напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200	0,98	26,8	0,2	0,0	6,5
	закуска	54-1з	Сыр полутвёрдый в нарезке	30	18,41	107,5	7,00	8,80	0,0
Полдник	твор. блюдо	54-6т	Сырники	150	41,26	319,1	29,4	8,6	31,0
			Повидло	10	1,72	25,0	0,0	0,0	6,5
	напиток	518	Сок	200	16,00	92	1,0	0,2	0,2
	фрукты		Яблоко	1 шт	28,72	47,0	0,4	0,4	9,8
Обед	1 блюдо	156	Суп-лапша домашняя с курицей	200	9,46	88,8	2,0	4,5	11,1
	2 блюдо	54-9м	Жаркое по-домашнему	200	51,09	318,0	20,1	18,7	17,2
	закуска	54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	16,34	50,1	0,8	4,1	2,4
	сладкое	54-13хн	Напиток из шиповника	200	6,29	65	0,6	0,2	15,2
	хлеб пш.	108	Хлеб пшеничный	80	4,14	188	6,1	0,6	39,3