



УТВЕРЖДАЮ
 директор
 ГКОУ "Волжская школа-интернат"
 А.Е.Сазонов
 2023

Меню на 20 октября 12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11	Масса порции 12-18	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Суп молочный с крупой (геркулесовой) №161	250	300	6,4	6,4	19,6	162,4
Бутерброды с повидлом №2	30/10/40	30/10/40	2,4	7,3	27,3	181,5
Чай с молоком или сливками (молоко) №378	200	200	1,7	1,3	17,3	86,7
Обед						
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	60	100	1,6	0,1	8,9	12,6
Щи из свежей капусты с картофелем №124	200	250	1,7	3,7	8,7	75,3
Фрикадельки мясные в соусе ТТК № 60	90/30	100/30	13,9	18,2	15,6	281,3
Картофель отварной с маслом №518	150	180	3,5	5,0	28,5	172,9
Компот из свежих плодов ТТК №52	200	200	0,2	0,2	27,1	110,9
Хлеб пшеничный	50	70	5,1	0,4	34,0	160,8
Хлеб пеклеванный	70	120	7,7	1,1	49,4	237,5
Полдник						
КЕКС СТОЛИЧНЫЙ №793	150	150	9,2	29,2	89,1	661,1
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №647	200	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Ужин						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ №315	200	250	14,2	9,8	74,5	442,9
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №596	200	50	0,9	2,2	6,7	50,8
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	200	0,1	0,0	16,7	69,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	100	7,4	0,6	48,7	229,7
Ужин 2						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА) №698	180	180	5,0	4,4	7,4	94,3
БАТОН	30	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Дополнительное питание						
Яблоко свежее №338	200	200	0,8	19,0	91,2	338
Всего за день:			89,9	100,0	480,5	3157,5