

УТВЕРЖДАЮ
 директор
 ГКОУ "Волжская школа-интернат"
 А.Е.Сазонов
 2022



Меню на 21 апреля (11 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						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ №302	250	9,5	10,4	53,5	345,9	250
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	40/10/50	3,3	7,3	51,1	277,3	40/10/50
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	200
Обед						
ИКРА МОРКОВНАЯ №78	80	100	2,5	7,9	12,6	133,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №140	200	250	2,8	2,2	19,9	111,7
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №374	100/30	100/30	20,6	10,8	11,1	225,9
РИС ОТВАРНОЙ №511	150	180	4,6	6,6	47,0	264,7
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №647	200	200	0,1	0,0	28,2	110,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Полдник						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №341/2011	200	200	1,7	0,4	15,7	83,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	200	0,1	0,0	16,7	69,5
Ужин						
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	80	100	20,6	10,8	11,3	226,5
ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48	150	180	4,6	6,3	47,0	262,4
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685	200	200	0,2	0,0	15,0	60,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	70	5,1	0,4	34,0	160,8
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	30	30	1,9	0,3	12,3	59,4
Ужин 2						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР) №698	200	180	5,0	4,4	7,0	92,5
САХАР ПОРЦИЯ	5	5	0,0	0,0	4,9	19,4
БАТОН	30	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Всего за день:			103,6	84,5	453,3	3 001,6