



УТВЕРЖДАЮ

директор

ГКОУ "Волжская школа-интернат"

А.Е.Сазонов

» _____ 2023

Меню на 21 октября 13 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							
КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ИКРА КАБАЧКОВАЯ) №101	100	100	1,9	9,2	8,0	123,2	
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №340	180	200	19,9	27,9	3,8	346,1	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1/2011	40/10	40/10	3,1	7,5	19,6	158,0	
КАКАО С МОЛОКОМ №382	200	200	3,8	3,0	24,5	141,1	
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	42,8	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) №139	200	250	5,7	4,0	18,9	134,9	
Котлеты ТТК №61	80	100	15,9	22,3	21,0	303,3	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516	150	180	6,7	5,3	40,7	236,2	
Компот из смеси сухофруктов ТТК №53	200	200	0,0	0,0	19,4	77,4	
Хлеб пшеничный	50	70	5,1	0,4	34,0	160,8	
Хлеб пеклеванный	800	120	7,7	1,1	49,4	237,5	
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338/2011	200	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51	200	200	0,4	0,1	21,5	88,5	
Ужин							
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ №78	80	100	2,7	7,9	14,1	139,2	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	150	200	21,6	26,2	32,4	451,8	
ЧАЙ С САХАРОМ №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							
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ (МОЛОКО) №378	200	200	1,7	1,3	17,3	86,7	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	20/15	20/15	1,6	0,1	19,2	82,4	
Всего за день:			103,	117,3	403,7	3043,3	