

МБОУ "Школа-интернат №1"

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Каша вязкая манная молочная*		210	43,52	288
Яйца варенные		40	0,28	63
Бутерброды с маслом		30/10	14,62	136
Какао с молоком		200	17,58	119
Вафли		20	16,20	68
	Итого:	56,01	92,20	674
<b>Второй завтрак</b>				
Фрукты		185	14,92	79
	Итого:	27,22	14,92	79
<b>Обед</b>				
Салат из горошка зеленого консервированного		100	6,26	84
Суп картофельный с мясными фрикадельками		250	14,31	116
Котлеты, биточки, шницели рубленые		60	9,64	139
Кисель из вишни		200	26,83	109
Хлеб ржаной		80	26,72	139
Пюре картофельное		200	27,25	183
	Итого:	138,45	111,02	770
<b>Полдник</b>				
Ватрушка с творогом		85	35,21	238
Сок фруктовый		200	25,40	105
	Итого:	27,28	60,61	343
<b>Первый ужин</b>				
Икра кабачковая		60	3,86	39
Рыба тушеная с овощами (м)		120	3,30	111
Макаронные изделия отварные с маслом		200	35,16	221
Сыр (порциями)		15	0,00	54
Компот ягодный		200	22,16	91
Хлеб пшеничный		60	29,00	140
	Итого:	65,36	93,48	656
<b>Второй ужин</b>				
Йогурт		100	7,97	63
Хлеб пшеничный		30	14,50	70
	Итого:	9,80	22,47	133
Директор	Весь рацион питания: 324,12		394,69	2655

Директор (Михаилев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.