



"Утверждаю"
 Общеобразовательная
 школа-интернат № 2"
 Руководитель учреждения
 Юрова Г.Ю.

МЕНЮ НА 21 октября 2024г.

1

наименование блюда	Возрастная категория			
	с 7-10 лет		с 11 лет и >	
	Масса порции	Энерг. ценность, ккал	Масса порции	Энерг. ценность, ккал
завтрак				
Каша гречневая рассыпчатая	200	333,2	250	416,5
Масло сливочное (порциями)	10	66,09	10,00	66,09
Яйцо вареное	40	63,00	40	63
Чай с сахаром	200,00	38,00	200,00	38,00
Хлеб пшеничный йодированный	50	107	50	107
Суммарный объем блюд завтрак :	500		550	
Итого пищевые вещества завтрак:		607,29		690,59
Обед				
Салат из белокочанной капусты с овощными консервами (зеленым горошком; с 01 марта зеленый горошек: терм. обработка	80	50	100	187,24
Суп картофельный с рыбой	250	143,7	300	172,5
Азу	100	81	120	97,2
Макаронные изделия отварные	150	190,35	180	228,42
Компот из плодов или ягод сушеных(курага)	200	72	200	72
Хлеб ржаной	50	113,4	50	113,4
Хлеб пшеничный йодированный	50	107	50	107
Суммарный объем блюд обед :	880		1000	
Итого пищевые вещества обед:		757,45		977,76
Полдник				
Кондитерское изделие промышленного производства	30	180	30	180
Сок натуральный фруктовый промышленного производства в ассортименте	200	86	200	86
Фрукты свежие	120	90,48	120	90,48
Суммарный объем блюд полдник :	350,00		350	
Итого пищевые вещества полдник:		356,48		356,48
Ужин				
Жаркое по домашнему	250	347,82	250	347,82
Сыр полутвердый (порциями)	15	53,7	20	71,6
Салат из соленых огурцов с луком	80	48	80	48
Чай с сахаром	200,00	38	200	38
Хлеб пшеничный йодированный	50	107	50	107
Суммарный объем блюд ужин :	595		600	
Итого пищевые вещества ужин:		594,52		612,42
2 ужин				
Кисломолочный напиток	180	90,9	180	90,9
Изделие промышленного производства	100	315	100	315
Суммарный объем блюд II Ужин :	280		280	
Итого пищевые вещества II Ужин:		405,9		405,9
Суммарный объем блюд за день интернированные	2605,00		2230	
% удовлетворения суточной потребности интернированные		2721,64		3043,15
Суммарный объем блюд за день школа	1380,00		1550	
% удовлетворения суточной потребности школа		1364,74		1668,35