



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

МЕНЮ НА 29 января 2025г.

наименование блюда	Возрастная категория			
	с 7-10 лет		с 11 лет и >	
	Масса порции	Энерг. ценность, ккал	Масса порции	Энерг. ценность, ккал
завтрак				
Каша ячневая вязкая молочная	200	219,4	250	274,25
Масло сливочное (порциями)	10	66,09	10	66,09
Сыр полутвердый (порциями)	18	64,44	18	64,44
Хлеб пшеничный йодированный	80	171,2	80	171,2
Какао с молоком	200	94	200	94
Суммарный объем блюд завтрак :	508		558	
Итого пищевые вещества завтрак:		615,13		669,98
Обед				
Овощи консервированные (порциями) маринованные с лимонной кислотой	80	8,8	100	11
Суп картофельный с рыбой	250	143,7	300	172,5
Котлеты из говядины	100	184	30	16,89
Соус красный основной	30	16,89	180	171
Рагу из овощей (1 вариант)	150	142,5	180	171
Компот из свежих плодов и ягод	200	46	200	46
Хлеб ржаной	50	113,4	50	113,4
Хлеб пшеничный йодированный	50	107	50	107
Суммарный объем блюд обед :	910		1090	
Итого пищевые вещества обед:		762,29		808,79
Полдник				
Кондитерское изделие промышленного производства	30	180	30	180
Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	60,00	200	60,00
Фрукты свежие	120	90,48	120	90,48
Суммарный объем блюд полдник :	350,00		350	
Итого пищевые вещества полдник:		330,48		330,48
Ужин				
Запеканка из печени с рисом	120	216	150	270
Салат картофельный с зеленым горошком	80	78,4	100	98
Чай с сахаром	200	38,00	200	38
Хлеб пшеничный йодированный	100	214	150	147
Суммарный объем блюд ужин :	500		600	
Итого пищевые вещества ужин:		546,4		553
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	2548,00		2878	
% удовлетворения суточной потребности интернированные		2660,2		2768,15
Суммарный объем блюд за день школа	1418,00		1648	
% удовлетворения суточной потребности школа		1377,42		1478,77