

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы-интерната

Л.В. Бирун

## МЕНЮ 21.04.2025

8 день



| Белки | Жиры  | Углеводы | Калории | Выход | Завтрак возраст 7-11         |
|-------|-------|----------|---------|-------|------------------------------|
| 6,4   | 8,8   | 24,9     | 209,50  | 200   | Каша пшенная молочная жидкая |
| 3,70  | 2,90  | 27,10    | 127,30  | 200   | Какао с молоком              |
| 7,50  | 2,90  | 61,40    | 295,50  | 100   | Батон нарезной               |
| 0,07  | 7,80  | 0,10     | 70,90   | 10    | Масло сливочное              |
| 5,08  | 4,60  | 0,28     | 62,84   | 40    | Яйцо вареное                 |
| 1,36  | 0,34  | 16,10    | 79,30   | 170   | Фрукты в ассортименте        |
| Белки | Жиры  | Углеводы | Калории | Выход | Завтрак возраст 12-18        |
| 8,00  | 11,00 | 31,20    | 261,80  | 250   | Каша пшенная молочная жидкая |
| 3,70  | 2,90  | 27,10    | 127,30  | 200   | Какао с молоком              |
| 7,50  | 2,90  | 61,40    | 295,50  | 100   | Батон нарезной               |
| 0,07  | 7,80  | 0,10     | 70,90   | 10    | Масло сливочное              |
| 5,08  | 4,60  | 0,28     | 62,84   | 40    | Яйцо вареное                 |
| 1,36  | 0,34  | 16,10    | 79,30   | 170   | Фрукты в ассортименте        |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калории | Выход | Обед возраст 7-11                |
|-------|------|----------|---------|-------|----------------------------------|
| 1,70  | 5,00 | 10,10    | 94,10   | 100   | Салат из квашеной капусты        |
| 2,00  | 3,60 | 14,40    | 107,00  | 200   | Рассольник со сметаной           |
| 14,6  | 14,6 | 18,6     | 266,4   | 200   | Голубцы ленивые с отварным мясом |
| 0,30  | 0,00 | 30,80    | 121,00  | 200   | Компот из сухофруктов            |
| 0,50  | 1,40 | 0,80     | 23,0    | 30    | Соус сметанный                   |
| 9,90  | 1,65 | 61,50    | 309,00  | 150   | Хлеб ржано-пшеничный             |
| Белки | Жиры | Углеводы | Калории | Выход | Обед возраст 12-18               |
| 1,70  | 5,00 | 10,10    | 94,10   | 100   | Салат из квашеной капусты        |
| 2,00  | 3,60 | 14,40    | 107,00  | 200   | Рассольник со сметаной           |
| 21,9  | 21,9 | 27,9     | 399,6   | 300   | Голубцы ленивые с отварным мясом |
| 0,30  | 0,00 | 30,80    | 121,00  | 200   | Компот из сухофруктов            |
| 0,80  | 2,30 | 1,40     | 38,4    | 50    | Соус сметанный                   |
| 9,90  | 1,65 | 61,50    | 309,00  | 150   | Хлеб ржано-пшеничный             |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калории | Выход | Полдник возраст 7-11  |
|-------|------|----------|---------|-------|-----------------------|
| 0,06  | 0,01 | 15,60    | 60,50   | 200   | Чай с лимоном         |
| 3,9   | 2,4  | 23,30    | 132,40  | 60    | Пирог с повидлом      |
| Белки | Жиры | Углеводы | Калории | Выход | Полдник возраст 12-18 |
| 0,06  | 0,01 | 15,60    | 60,50   | 200   | Чай с лимоном         |
| 3,9   | 2,4  | 23,30    | 132,40  | 60    | Пирог с повидлом      |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калории | Выход | Ужин возраст 7-11          |
|-------|------|----------|---------|-------|----------------------------|
| 1,31  | 7,30 | 13,44    | 124,68  | 120   | Салат из свеклы с яблоками |
| 1,10  | 7,80 | 6,10     | 96,60   | 160   | Пюре из бобовых            |
| 7,92  | 5,82 | 4,24     | 101,0   | 50    | Шницель рыбный натуральный |
| 1,00  | 0,20 | 20,20    | 86,20   | 200   | Сок фруктовый              |
| 7,50  | 2,90 | 61,4     | 295,50  | 100   | Батон нарезной             |
| 0,07  | 7,80 | 0,10     | 70,90   | 10    | Масло сливочное            |
| Белки | Жиры | Углеводы | Калории | Выход | Ужин возраст 12-18         |
| 1,31  | 7,30 | 13,44    | 124,68  | 120   | Салат из свеклы с яблоками |
| 1,10  | 7,80 | 6,10     | 96,60   | 160   | Пюре из бобовых            |
| 7,92  | 5,82 | 4,24     | 101,0   | 50    | Шницель рыбный натуральный |
| 1,00  | 0,20 | 20,20    | 86,20   | 200   | Сок фруктовый              |
| 7,50  | 2,90 | 61,4     | 295,50  | 100   | Батон нарезной             |
| 0,07  | 7,80 | 0,10     | 70,90   | 10    | Масло сливочное            |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калории | Выход | II ужин возраст 7-11  |
|-------|------|----------|---------|-------|-----------------------|
| 6,00  | 5,00 | 22,00    | 158,00  | 200   | Йогурт                |
| 2,00  | 8,00 | 27,0     | 190,00  | 50    | Вафли «Венские»       |
| 0,8   | 0,2  | 9,47     | 46,7    | 100   | Фрукты в ассортименте |
| Белки | Жиры | Углеводы | Калории | Выход | II ужин возраст 12-18 |
| 6,00  | 5,00 | 22,00    | 158,00  | 200   | Йогурт                |
| 2,00  | 8,00 | 27,0     | 190,00  | 50    | Вафли «Венские»       |
| 0,8   | 0,2  | 9,47     | 46,7    | 100   | Фрукты в ассортименте |