

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора школы-интерната

Н.Н. Забродина

МЕНЮ 13.12.2025

13 день

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Завтрак возраст 7-11
5,00	9,84	31,2	239,3	200	Каша рисовая молочная с изюмом
1,70	1,20	19,80	101,70	200	Кофейный напиток с молоком
5,3	2,0	43,0	206,9	70	Батон нарезной
0,07	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
0,67	0,56	18,13	88,10	185	Фрукты в ассортименте
5,08	4,6	0,28	62,84	40	Яйцо вареное
Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Завтрак возраст 12-18
7,50	12,30	39,00	299,20	250	Каша рисовая молочная с изюмом
1,70	1,20	19,80	101,70	200	Кофейный напиток с молоком
7,50	2,90	61,40	295,50	100	Батон нарезной
0,07	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
0,67	0,56	18,13	88,10	185	Фрукты в ассортименте
5,08	4,6	0,28	62,84	40	Яйцо вареное

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Обед возраст 7-11
1,12	0,100	3,50	20,00	100	Салат из свежих огурцов
8,10	6,50	10,00	127,10	250	Щи из свежей капусты с картофелем
4,4	6,2	11,2	171,8	200	Пюре картофельное
7,92	5,82	4,24	101,0	50	Шницель рыбный натуральный
0,30	0,00	30,80	121,00	200	Компот из сухофруктов
5,3	0,9	32,8	164,8	80	Хлеб ржано-пшеничный
Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Обед возраст 12-18
1,12	0,100	3,50	20,00	100	Салат из свежих огурцов
8,10	6,50	10,00	127,10	250	Щи из свежей капусты с картофелем
5,50	7,70	14,00	214,70	250	Пюре картофельное
7,92	5,82	4,24	101,0	50	Шницель рыбный натуральный
0,30	0,00	30,80	121,00	200	Компот из сухофруктов
7,90	1,3	49,2	247,2	120	Хлеб ржано-пшеничный

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Полдник возраст 7-11
0,06	0,01	15,60	60,50	200	Чай с лимоном
5,2	7,1	32,3	230,0	70	Булочка домашняя
Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Полдник возраст 12-18
0,06	0,01	15,60	60,50	200	Чай с лимоном
5,2	7,1	32,3	230,0	70	Булочка домашняя

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Ужин возраст 7-11
1,90	10,60	12,70	155,10	100	Салат из свежей капусты с яблоками
1,10	7,80	6,10	96,60	160	Пюре из бобовых
24,00	24,20	0,90	318,10	90	Птица(курица)отварная
1,00	0,20	20,20	86,20	200	Сок фруктовый
0,07	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
6,00	2,30	49,10	236,40	80	Батон нарезной
Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Ужин возраст 12-18
1,90	10,60	12,70	155,10	100	Салат из свежей капусты с яблоками
1,10	7,80	6,10	96,60	160	Пюре из бобовых
24,00	24,20	0,90	318,10	90	Птица(курица)отварная
1,00	0,20	20,20	86,20	200	Сок фруктовый
0,07	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
7,50	2,90	61,40	295,50	100	Батон нарезной

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	II ужин возраст 7-11
6,00	5,00	8,4	102,00	200	Ряженка
1,60	2,80	13,60	86,00	20	Печенье
Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	II ужин возраст 12-18
6,00	5,00	8,4	102,00	200	Ряженка
1,60	2,80	13,60	86,00	20	Печенье