

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы-интерната

Л.В. Бирун

МЕНЮ 25.12.2025

11 день

Завтрак возраст 7-11

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
6,40	8,80	24,90	207,50	200	Каша из пшена и риса "Дружба" молочная
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
5,08	4,6	0,28	62,84	40	Яйцо вареное
0,67	0,56	18,13	88,10	185	Фрукты в ассортименте

Завтрак возраст 12-18

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
8,00	11,00	31,20	259,30	250	Каша из пшена и риса "Дружба" молочная
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
5,08	4,6	0,28	62,84	40	Яйцо вареное
0,67	0,56	18,13	88,10	185	Фрукты в ассортименте

Обед возраст 7-11

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
1,31	7,30	13,44	124,68	120	Салат из свеклы с яблоками
5,00	3,30	17,20	131,30	250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями
3,67	5,42	36,67	210,11	150	Рис отварной
13,17	15,61	12,85	248,00	110	Тефтели из свинины с соусом
0,06	0,01	15,60	60,50	200	Чай с лимоном
5,3	0,9	32,8	164,8	80	Хлеб ржано-пшеничный

Обед возраст 12-18

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
1,31	7,30	13,44	124,68	120	Салат из свеклы с яблоками
5,00	3,30	17,20	131,30	250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями
13,17	15,61	12,85	248,00	110	Тефтели из свинины с соусом
4,89	7,23	48,89	280,15	200	Рис отварной
0,06	0,01	15,60	60,50	200	Чай с лимоном
7,90	1,3	49,2	247,2	120	Хлеб ржано-пшеничный

Полдник возраст 7-11

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
1,00	0,20	20,20	86,20	200	Сок фруктовый
5,10	4,60	34,30	202,00	100	Пирог с картофелем и луком

Полдник возраст 12-18

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
1,00	0,20	20,20	86,20	200	Сок фруктовый
5,10	4,60	34,30	202,00	100	Пирог с картофелем и луком

Ужин возраст 7-11

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
1,75	6,18	9,24	9,95	100	Салат картофельный с солеными огурцами и зел. горошком
4,20	8,80	9,20	160,60	200	Капуста тушеная
21,09	16,90	4,40	230,10	100	Суфле из отварной курицы
0,30	0,00	30,80	121,00	200	Компот из сухофруктов
0,1	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
6,00	2,30	49,10	236,40	80	Батон нарезной

Ужин возраст 12-18

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
1,75	6,18	9,24	9,95	100	Салат картофельный с солеными огурцами и зел. горошком
6,30	13,20	13,80	240,90	300	Капуста тушеная
21,09	16,90	4,40	230,10	100	Суфле из отварной курицы
0,30	0,00	30,80	121,00	200	Компот из сухофруктов
0,01	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
7,50	2,90	61,40	295,50	100	Батон нарезной

II ужин возраст 7-11

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
6,00	5,00	8,4	102,00	200	Ряженка
4,12	0,64	32,40	143,60	40	Кукурузные палочки

II ужин возраст 12-18

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
6,00	5,00	8,4	102,00	200	Ряженка
4,12	0,64	32,40	143,60	40	Кукурузные палочки