

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы-интерната

Л.В. Бирун

МЕНЮ 09.09.2026

10 день

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
Завтрак возраст 7-11					
6,4	8,8	24,9	207,5	200	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая
3,70	2,90	27,10	127,30	200	Какао с молоком
6,1	2,3	49,1	236,4	80	Батон нарезной
0,07	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
2,3	3,0	-	36,00	10	Сыр
Завтрак возраст 12-18					
8,00	11,00	31,10	259,30	250	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" 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
3,5	4,4	-	54,0	15	Сыр
Второй завтрак возраст 7-11					
0,67	0,56	18,13	88,10	185	Фрукты в ассортименте
5,08	4,6	0,28	62,84	40	Яйцо вареное
Второй завтрак возраст 12-18					
0,67	0,56	18,13	88,10	185	Фрукты в ассортименте
5,08	4,6	0,28	62,84	40	Яйцо вареное
Обед возраст 7-11					
7,30	8,40	1,60	116,90	50	Сельдь с луком и растительным маслом
14,40	11,10	12,10	199,10	250/20	Борщ с капустой, картофелем и сметаной
14,27	17,12	11,24	256,48	100	Котлеты домашние
4,40	6,20	11,20	171,80	200	Картофельное пюре
0,30	0,00	30,80	121,00	200	Компот из сухофруктов
5,3	0,9	32,8	164,8	80	Хлеб ржано-пшеничный
Обед возраст 12-18					
7,30	8,40	1,60	116,90	50	Сельдь с луком и растительным маслом
14,40	11,10	12,10	199,10	250/20	Борщ с капустой, картофелем и сметаной
14,27	17,12	11,24	256,48	100	Котлеты домашние
5,50	7,70	14,00	214,70	250	Картофельное пюре
0,30	0,00	30,80	121,00	200	Компот из сухофруктов
7,90	1,3	49,2	247,2	120	Хлеб ржано-пшеничный
Полдник возраст 7-11					
0,06	0,01	15,60	60,50	200	Чай с лимоном
9,0	5,0	49,0	280,00	100	Ватрушка с творогом
Полдник возраст 12-18					
0,06	0,01	15,60	60,50	200	Чай с лимоном
9,0	5,0	49,0	280,00	100	Ватрушка с творогом
Ужин возраст 7-11					
0,96	6,07	3,64	70,00	100	Салат из свежих помидоров и огурцов
15,60	6,00	4,80	147,20	75/50	Рыба отварная, запеченная в сметанном соусе
8,40	7,20	38,90	270,50	150	Каша гречневая рассыпчатая
1,00	0,20	20,20	86,20	200	Сок фруктовый
5,3	2,0	43,0	206,8	70	Батон нарезной
0,07	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
Ужин возраст 12-18					
0,96	6,07	3,64	70,00	100	Салат из свежих помидоров и огурцов
15,60	6,00	4,80	147,20	75/50	Рыба отварная, запеченная в сметанном соусе
11,20	9,60	51,80	360,60	200	Каша гречневая рассыпчатая
1,00	0,20	20,20	86,20	200	Сок фруктовый
7,50	2,90	61,40	295,50	100	Батон нарезной
0,07	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
II ужин возраст 7-11					
8,60	3,30	14,00	119,60	130	Йогурт
0,80	5,20	13,20	60,80	20	Вафли
II ужин возраст 12-18					
8,60	3,30	14,00	119,60	130	Йогурт
0,80	5,20	13,20	60,80	20	Вафли