



Утверждаю:

Директор ГКОУ УР "Школа-интернат № 13"

Вахрушева М. В.



МЕНЮ на 19 апреля 2025 г.

День: суббота Неделя: первая

Возрастная категория:		дети 7-11 лет						дети 12-18 лет					
Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-	ЭЦ,	Цена, руб	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-	ЭЦ,	Цена, руб
			всего	всего	воды, г	ккал			всего	всего	воды, г	ккал	
Завтрак													
129-08	Каша овсяная "Геркулес" молочная со слив/маслом	200	10,30	15,70	42,62	346,28	40,32	250	12,88	19,63	53,28	432,85	50,40
630	Чай с молоком или сливками	200	1,54	1,58	11,34	63,47	8,61	200	1,54	1,58	11,34	63,47	8,61
ттк	Кекс для детского питания (хл/зав)	56	3,40	8,32	21,36	236,08	20,00	56	3,40	8,32	21,36	236,08	20,00
ттк	Хлеб пшеничный	45	3,21	0,32	21,21	100,76	4,01	44	3,14	0,31	20,74	98,52	3,92
Итого за 'Завтрак '		501	18,45	25,92	96,53	746,60	72,94	550	20,96	29,84	106,72	830,93	82,93
Обед													
153	Суп с крупой	200	3,42	5,16	14,43	124,62	10,97	250	4,28	6,45	18,04	155,78	13,72
ттк	Капуста тушеная с фаршем (гов)	250	16,10	14,30	24,02	286,21	88,55	300	19,33	17,16	28,83	343,45	106,26
154	Компот из изюма	200	0,42	0,00	24,80	94,67	10,55	200	0,42	0,00	24,80	94,67	10,55
ттк	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	2,67	30	2,14	0,21	14,14	67,18	2,67
ттк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,62	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,62
Итого за 'Обед '		700	23,32	19,88	84,98	608,02	114,36	800	27,40	24,03	93,39	696,41	134,82
Полдник													
29	Салат картофельный с соленым огурцом	80	3,03	7,20	7,75	98,79	12,72	120	4,55	10,80	11,63	148,18	19,08
156	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	14,35	57,41	8,34	200	0,14	0,01	14,35	57,41	8,34
ттк	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	2,67	38	2,71	0,27	17,91	85,09	3,38
Итого за 'Полдник '		310	5,31	7,42	36,24	223,38	23,73	358	7,40	11,08	43,89	290,68	30,80
Ужин													
423	Гёфтели с соусом (гов, свин)	100	9,60	15,86	11,65	222,37	55,41	115	11,04	18,24	13,40	255,73	63,67
41/3	Каша перловая рассыпчатая	180	5,28	3,26	40,67	208,10	10,92	230	6,75	4,17	51,96	265,91	13,96
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	2,66	200	0,18	0,04	9,21	35,88	2,66
								25	1,79	0,18	11,78	55,98	2,23
ттк	Хлеб ржаной	43	2,67	0,45	16,32	75,99	3,47	30	1,86	0,32	11,38	53,01	2,42
Итого за 'Ужин '		523	17,73	19,62	77,85	542,34	72,46	600	21,62	22,95	97,73	666,51	84,94
2-ой Ужин													
30В	Плюшка "Новомосковская"	50	4,14	3,75	29,00	187,42	5,62	50	4,14	3,75	29,00	187,42	5,62
645	Кефир	180	4,91	5,07	6,55	95,00	21,89	180	4,91	5,07	6,55	95,00	21,89
Итого за '2-ой Ужин '		230	9,05	8,82	35,55	282,42	27,51	230	9,05	8,82	35,55	282,42	27,51
Итого за день		2264	73,86	81,66	331,15	2402,75	311,00	2538	86,42	96,72	377,27	2766,96	361,00

Заведующая производством: Лужбина Е.В.