

Утверждаю ГБОУ СО "ЕШИ для детей с нарушениями зрения в амбулаторном лечении"

Свиридов Владимир Михайлович

**МЕНЮ**  
на 18.09.2024 г.  
**Интернат**  
**ЗАВТРАК**



№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
942	Какао с молоком	0,200	6,2	6,2	25,34	181,18
248	Запеканка творожная со сгущенкой	0,200	37,263	26,928	36,176	541,93
140	Яблоки печенные	0,100	0,488	1,205	15,266	76,27
224	Батон Золотинка	0,050	3,75	1,45	25,7	131

**ЗАВТРАК 2**

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
230-1	Йогурт /ст.	0,120	3,48	3	4,8	63,6
167	Масло сливочное	0,015	0,12	10,88	0,195	99,15
224	Батон Золотинка	0,050	3,75	1,45	25,7	131
945	Кофейный напиток с молоком	0,200	3,456	3,776	15,28	107,82

**ОБЕД**

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
79-1	Тефтели из говядины 2-й вар.	0,100	14,127	18,0356	14,41	277,17
214	Соль	0,005	0	0	0	0
910	Пюре картофельное	0,200	0,9135	4,5857	1,50352	51,18
204	Хлеб пшеничный	0,025	1,9	0,2	12,15	58
206	Хлеб ржаной	0,050	3,3	0,6	16,7	87
924	Салат витаминный 1	0,100	1,57	5,16	8,141	86,23
837	Борщ со сметаной	0,250	2,141	4,295	10,82	91,33
946	Компот из сухофруктов	0,200	0,5	0	27	110

**ПОЛДНИК**

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
455-2	Расстегай с мясом	0,150	13,06017	13,46861	45,4021	358,23
165	сок	0,200	0,82	0,16	26,2	110

**УЖИН**

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
194	Хлеб пшеничный	0,050	3,3	0,45	19	99,5
236-1	Гуляш из говядины	0,100	13,433	16,7984	4,56	223
911	Гречка отварная рассыпчатая	0,200	9,62	9,95	49,72	337
206	Хлеб ржаной	0,050	3,3	0,6	16,7	87
186	Винегрет овощной	0,100	1,595	10,163	7,259	127,77
943	Чай	0,200	12	3,1	14	53,06

**УЖИН 2**

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
196	Йогурт	0,200	10	6,4	7	136
256	Яблоко	0,120	0,48	0,48	11,76	56,4

Повар

Бухгалтер

Врач-педиатр

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_