

Утверждаю ГБОУ СО "ЕШИ для детей, нуждающихся в длительном лечении"

Савенков Владимир Михайлович

МЕНЮ
на 15.01.2025 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 |
| 251 | Пудинг из творога со сгущенкой | 0,200 | 26,726 | 22,39 | 37,584 | 460,41 |
| 256 | Яблоко | 0,120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 |
| 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 |
| 212 | Сыр | 0,020 | 5,2 | 5,3 | 0,7 | 71,12 |
| 224 | Батон Золотинка | 0,050 | 3,75 | 1,45 | 25,7 | 131 |
| 943 | Чай | 0,200 | 12 | 3,1 | 14 | 53,06 |

ОБЕД

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Пищевая ценность | | | |
|--------|--------------------------------------|------------|------------------|---------|----------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 98-1 | Плов из курицы с рисом | 0,250 | 21,63 | 31,77 | 51,38 | 578,05 |
| 215 | Зелень свежая (лук, укроп, петрушка) | 0,005 | 0,065 | 0,005 | 0,16 | 1 |
| 214 | Соль | 0,005 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 204 | Хлеб пшеничный | 0,025 | 1,9 | 0,2 | 12,15 | 58 |
| 206 | Хлеб ржаной | 0,050 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 87 |
| 930 | Салат из свеклы с яблоками | 0,100 | 1,18508 | 5,07408 | 8,45096 | 83,82 |
| 5 | Суп крестьянский с крупой | 0,250 | 4,555 | 8,555 | 14,785 | 155,15 |
| 946 | Компот из сухофруктов | 0,200 | 0,5 | 0 | 27 | 110 |

ПОЛДНИК

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Пищевая ценность | | | |
|--------|---------------------|------------|------------------|--------|----------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 148-1 | Молоко кипяченое | 0,250 | 7,25 | 8 | 11,75 | 150 |
| 59.0 | Ватрушка с творогом | 0,100 | 12,5746 | 6,2236 | 45,016 | 290,45 |

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 | Гуляш из филе индейки | 0,100 | 14,933 | 12,8234 | 4,86 | 195,1 |
| 910 | Пюре картофельное | 0,200 | 0,9135 | 4,5857 | 1,50352 | 51,18 |
| 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 |
| 165 | сок | 0,200 | 0,82 | 0,16 | 26,2 | 110 |

УЖИН 2

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Пищевая ценность | | | |
|--------|----------------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 196 | Йогурт | 0,200 | 10 | 6,4 | 7 | 136 |
| 906 | Бутерброд с повидлом | 0,055 | 2,1 | 3,895 | 24,465 | 132,75 |

Повар

Бухгалтер

Врач-педиатр