

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

МЕНЮ

на 27.01.2025 г.

Интернат

ЗАВТРАК 2

№ 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
212	Сыр	0,020	5,2	5,3	0,7	71,12
224	Батон Золотинка	0,050	3,75	1,45	25,7	131
22_1	Каша молочная "Геркулес" с маслом сливоч.	0,250	12,78	23,64	62,49	512,23

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
236	Гуляш из филе индейки	0,100	14,933	12,8234	4,86	195,1
215	Зелень свежая (лук, укроп, петрушка)	0,005	0,065	0,005	0,16	1
214	Соль	0,005	0	0	0	0
847	Суп рисовый	0,250	3,924	3,942	15,155	112,01
907	Макароны отварные	0,200	8,1	37,16	50	567,1
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
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
188.1	Пирожок с яблоком	0,100	6,3946	8,1826	50,863	305,06

УЖИН

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
194	Хлеб пшеничный	0,050	3,3	0,45	19	99,5
42	Рыба, запеченная с картофелем порусски	0,300	21,73	23,169	46,627	483,11
206	Хлеб ржаной	0,050	3,3	0,6	16,7	87
182-1	Салат из соленых огурцов	0,060	0,498	3,061	1,424	36,34
165	сок	0,200	0,82	0,16	26,2	110

УЖИН 2

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
164-2	печенье	0,040	2,56	6,72	27,4	180,4
149	Кефир	0,200	5,8	5	8	106

Повар

Бухгалтер

Врач-педиатр