

Утверждаю ГБОУ СО "ЕШИ для детей с заболеваниями в длительном лечении"

Савенков Владимир Михайлович

МЕНЮ

на 30.01.2025 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
224	Батон Золотинка	0,050	3,75	1,45	25,7	131
113-1	Каша вязкая (пшенная) на молоке	0,215	2,962	14,011	19,771	214,8
184	Салат из моркови и яблок	0,100	1,12	0,16	9,476	44,98

ЗАВТРАК 2

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
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
95	Курица отварная	0,100	22,988	23,192	0,328	301,52
215	Зелень свежая (лук, укроп, петрушка)	0,005	0,065	0,005	0,16	1
214	Соль	0,005	0	0	0	0
912	Капуста тушеная	0,200	0,31014	8,73025	1,39885	85,54
204	Хлеб пшеничный	0,025	1,9	0,2	12,15	58
206	Хлеб ржаной	0,050	3,3	0,6	16,7	87
72.	Салат картофельный с сельдью	0,100	5,188	5,719	13,2115	125,34
101	Суп "Харчо" с мясом птицы	0,250	5,585	5,753	19,156	151,17
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
189.1	Пирожок с капустой	0,100	6,7	4,69	41,22	237,29

УЖИН

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
194	Хлеб пшеничный	0,050	3,3	0,45	19	99,5
72/2	Пшеница из говядины	0,100	17,296	17,22	15,046	285,04
353	Картофель запеченный по-деревенски	0,200	4,52	5,899	36,838	218,97
206	Хлеб ржаной	0,050	3,3	0,6	16,7	87
185	Огурец соленый порционный	0,100	0,8	0,1	1,7	13
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