

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

# МЕНЮ

на 17.12.2025

## Интернат

### ЗАВТРАК

| № рец. | Наименование блюд              | Выход, гр. | Пищевая ценность |       |          |              |
|--------|--------------------------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
|        |                                |            | Белки            | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
| 942    | Какао с молоком                | 0,200      | 2,42             | 2,3   | 13,4     | 83,74        |
| 251    | Пудинг из творога со сгущенкой | 0,200      | 23,42            | 21,12 | 37,89    | 434,34       |
| 195-1  | Яблоко                         | 0,150      | 0,6              | 0,6   | 14,7     | 70,5         |

### ЗАВТРАК 2

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Пищевая ценность |       |          |              |
|--------|-------------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
|        |                   |            | Белки            | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
| 212    | Сыр               | 0,020      | 5,26             | 5,04  | 0        | 66,4         |
| 267    | Батон Золотинка   | 0,030      | 2,25             | 0,87  | 15,42    | 78,6         |
| 943    | Чай               | 0,200      | 0,2              | 0,051 | 14,89    | 60,82        |

### ОБЕД

| № рец. | Наименование блюд                    | Выход, гр. | Пищевая ценность |       |          |              |
|--------|--------------------------------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
|        |                                      |            | Белки            | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
| 272    | Гуляш из филе курицы                 | 0,100      | 14,59            | 12,81 | 4,88     | 192,61       |
| 215    | Зелень свежая (лук, укроп, петрушка) | 0,005      | 0,1              | 0,005 | 0,3      | 1,25         |
| 214    | Соль                                 | 0,005      | 0                | 0     | 0        | 0            |
| 911    | Гречка отварная рассыпчатая          | 0,200      | 12,025           | 10,31 | 64,49    | 374,91       |
| 204    | Хлеб пшеничный                       | 0,025      | 1,85             | 0,725 | 12,85    | 62,5         |
| 206    | Хлеб ржаной                          | 0,050      | 2,8              | 0,55  | 21,65    | 99,5         |
| 930    | Салат из свеклы с яблоками           | 0,100      | 1,27             | 5,15  | 10,4     | 94,26        |
| 5      | Суп крестьянский с крупой            | 0,250      | 4,05             | 8,72  | 15,93    | 155,31       |
| 946    | Компот из сухофруктов                | 0,200      | 0,53             | 0,098 | 23,22    | 90           |

### ПОЛДНИК

| № рец. | Наименование блюд   | Выход, гр. | Пищевая ценность |      |          |              |
|--------|---------------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|        |                     |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 148-1  | Молоко кипяченое    | 0,250      | 7,25             | 8    | 11,75    | 147          |
| 59.0   | Ватрушка с творогом | 0,100      | 11,75            | 6,06 | 47,26    | 280,84       |

### УЖИН

| № рец. | Наименование блюд       | Выход, гр. | Пищевая ценность |      |          |              |
|--------|-------------------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|        |                         |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 194    | Хлеб пшеничный          | 0,050      | 3,3              | 0,45 | 19       | 99,5         |
| 43/1   | Рыба запеченная с яйцом | 0,100      | 11,92            | 6,86 | 0,75     | 113,17       |
| 910    | Пюре картофельное       | 0,200      | 4,42             | 4,76 | 35,96    | 196,06       |
| 206    | Хлеб ржаной             | 0,050      | 2,8              | 0,55 | 21,65    | 99,5         |
| 165    | сок                     | 0,200      | 0                | 0    | 20       | 80           |

### УЖИН 2

| № рец. | Наименование блюд    | Выход, гр. | Пищевая ценность |       |          |              |
|--------|----------------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
|        |                      |            | Белки            | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
| 906    | Бутерброд с повидлом | 0,055      | 2,1              | 3,895 | 24,465   | 132,75       |
| 143    | Чай с молоком        | 0,200      | 1,65             | 1,6   | 17,36    | 88,76        |

Повар

Бухгалтер

Врач-педиатр