

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



МЕНЮ на 13.01.2026 г. **Интернат** **ЗАВТРАК**

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
36/3	Сырники из творога со сгущенкой	0,200	30,47	22,97	40	486,69
195-1	Яблоко	0,150	0,6	0,6	14,7	70,5
142	Чай с лимоном	0,200	0,263	0,058	15,1	61,94

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
945	Кофейный напиток с молоком	0,200	3,3	3,3	16,92	110,2

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
154	Напиток из плодов шиповника	0,200	0,8	0	21,9	90,8
215	Зелень свежая (лук, укроп, петрушка)	0,005	0,1	0,005	0,3	1,25
214	Соль	0,005	0	0	0	0
889	Куры отварные измельченные	0,125	28,747	28,905	0,949	378,45
327	Рис припущенный с овощами	0,180	4,04	6,84	39,45	235,52
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
9	Суп картофельный с бобовыми	0,250	7,13	6,07	19,72	160,24

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
132	Компот из свежих яблок	0,200	0,16	0,16	13,82	58,4
907	Макароны отварные	0,200	7,75	4,61	52,59	276,71
206	Хлеб ржаной	0,050	2,8	0,55	21,65	99,5
259	Котлета из говядины с соусом	0,150	16,34	18,12	19,68	255,6

УЖИН 2

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
195-1	Яблоко	0,150	0,6	0,6	14,7	70,5
208	Снежок	0,200	5,2	5	18	140

Повар

Бухгалтер

Врач-педиатр

[Handwritten signatures of the staff members]