

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

МЕНЮ

на 19.01.2026 г.

Интернат

ЗАВТРАК 2

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
147	Какао с молоком сгущенным	0,200	4,008	3,93	25,366	151,91
212	Сыр	0,020	5,26	5,04	0	66,4
267	Батон Золотинка	0,030	2,25	0,87	15,42	78,6
22_1	Каша молочная "Геркулес" с маслом сливоч.	0,250	9,49	17,5	46,18	379,82

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
268	Макароны отварные	0,180	6,98	4,15	47,33	249,03
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
160	Салат из свежей капусты	0,100	1,74	10	10,92	140,64
849	Суп рыбный	0,250	6,33	4,62	19,55	142,48
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
252	Пирожок с капустой и яйцом	0,100	6,61	4,83	43,04	233,03

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 по-русски	0,300	29,6	14,58	33,39	375,23
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
164-2	печенье	0,040	2,8	7,52	26,08	183,2
222	Биокефир	0,200	6	5	17,9	117,6

Повар

Бухгалтер

Врач-педиатр