

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



Савенков Владимир Михайлович

**МЕНЮ**  
на 31.03.2026 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
256	Яблоко	0,120	0,48	0,48	11,76	56,4
224	Батон Золотинка	0,050	4	0,4	25	121,5
943	Чай	0,200	0,2	0,051	14,89	60,82

**ЗАВТРАК 2**

№ 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
212	Сыр	0,020	5,26	5,04	0	66,4
224	Батон Золотинка	0,050	4	0,4	25	121,5

**ОБЕД**

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
194	Хлеб пшеничный	0,050	3,3	0,45	19	99,5
233	Азу	0,325	26,47	23,67	37,09	458,64
154	Напиток из плодов шиповника	0,200	0,8	0	21,9	90,8
214	Соль	0,005	0	0	0	0
203	Хлеб ржаной	0,025	1,65	0,3	8,35	43,5
183	Салат из свежих огурцов	0,100	0,76	6,09	2,38	67,3
849	Суп рыбный	0,250	6,33	4,62	19,55	142,48

**ПОЛДНИК**

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
148	Молоко кипяченое	0,200	5,8	6,4	9,4	120
413	Пицца школьная	0,150	12,26	9,12	47,32	310,63

**УЖИН**

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
194	Хлеб пшеничный	0,050	3,3	0,45	19	99,5
272	Гуляш из филе курицы	0,100	14,59	12,81	4,88	192,61
911	Гречка отварная рассыпчатая	0,200	12,025	10,31	64,49	374,91
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
943	Чай	0,200	0,2	0,051	14,89	60,82

Повар

Бухгалтер

Врач-педиатр