

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор школы
 Л.А. Неволina Л.А. Неволina

МБОУ «Сивинская школа - интернат»

МЕНЮ НА 20.09.2022г

	Наименование блюда	Выход блюда в граммах	Энергетическая ценность блюда, ккал
Завтрак			
1.	Каша геркулес	300	3030
2.	Сахар с маслом	200	104,0
3.	Фруктовый сок	15	28,0
4.	Молоко / кефир	40	92,0
Обед			
1.	Суп карто. с ред.	250	106,0
2.	100	118,0	
3.	Картофель / пюре	100	124,0
4.	Картофель тушеный	100	47,0
5.	Каша геркулес с маслом	200	84,0
6.	Молоко / кефир	100	230,0
Полдник			
1.	Фрукт. / Ванилин	50	145,0
2.	Чай	200	60,0
Ужин			
1.	Салат из овощей	100	148,0
2.	Запеканка с творогом	200	565,0
3.	Суп из овощей	50	128,0
4.	Каша геркулес	200	122,0
5.	Молоко / кефир	50	115,0
Второй ужин			
1.	Кефир	150	117,0

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор школы
 Л.А. Неволina Л.А. Неволina

МБОУ «Сивинская школа - интернат»

МЕНЮ НА 19.09.2022г

	Наименование блюда	Выход блюда в граммах	Энергетическая ценность блюда, ккал
Завтрак			
Обед			
1.	Суп карто. с макар.	250	111,0
2.	Молоко / кефир	210	359,0
3.	Салат из овощей	30	3,9
4.	Картофель с супом	200	110,0
5.	Молоко / кефир	400	92,0
Полдник			
1.	Печенье	10	33,6
2.	Сок	200	
Ужин			
1.	Винегрет	100	130,0
2.	Редис, тушеный с	100	143,0
3.	Макаронный салат	200	222,0
4.	Чай с лимонной	200	120,0
5.	Молоко / кефир	50	115,0
Второй ужин			
1.	Сметанка	150	118,0