

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

Л.А. Неволіна

МБОУ «Сивинская школа - интернат»

МЕНЮ НА 18.12.23г

Наименование блюда	Выход блюда в граммах	Энергетическая ценность блюда, ккал
Завтрак		
Обед		
1. Суп карто. с горох.	250	108,0
2. Кура в соусе	100	445,2
3. Макароны отваренные	200	193,2
4. Каша греч. из урала	200	81,0
5. Хлеб ржаной - тми.	80	160,0
Полдник		
1. Булка Веснушка	1	150,0
2. Чай	200	93,0
Ужин		
1. Салат из св. капусты	100	70,0
2. Рыба, запек. в духовке	100	147,0
3. Картофельное пюре	200	184,0
4. Каша с молоком	200	144,0
5. Хлеб пшенич.	50	115,0
Второй ужин		
1. Яблоко	1	94,0

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

Л.А. Неволіна

МБОУ «Сивинская школа - интернат»

МЕНЮ НА 19.12.23г

Наименование блюда	Выход блюда в граммах	Энергетическая ценность блюда, ккал
Завтрак		
1. Каша манная	300	324,9
2. Квасцовый суп с морков.	200	148,09
3. Суп перловый с морков.	15/30	54,4
4. Хлеб пшенич.	40	96,0
Обед		
1. Суп карто. с рыбой	250	143,5
2. Фрикадельки из говяд.	100	286,0
3. Картофель тушеный	200	174,3
4. Каша греч. из урала с морков.	200	103,0
5. Хлеб ржаной - тми.	80	160,0
Полдник		
1. Булка	1	194,0
2. Машинок из шниц.	200	97,0
Ужин		
1. Салат, сельдь с карто.	100	176,0
2. Запеканка из творога	200	480,0
3. Соус овощной	50	32,8
4. Чай	200	60,0
5. Хлеб пшенич.	50	115,0
Второй ужин		
1. Кефир	150	119,0

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

Л.А. Неволіна

МБОУ «Сивинская школа - интернат»

МЕНЮ НА 20.12.23

Наименование блюда	Выход блюда в граммах	Энергетическая ценность блюда, ккал
Завтрак		
1. Какао шипучая	250	315,9
2. Чай с лимонами	200	61,0
3. Фруктовый салат с маслом	10/30	143,3
4. Хлеб пшеничный	40	96,0
Обед		
1. Суп из овощей с фас.	250	148,2
2. Фаршированные рыбные	100	123,1
3. Картофельное пюре	200	184,0
4. Салат из св. помидор.	60	68,35
5. Компот из сухофрукт.	200	110,0
6. Хлеб ржаной-пшени.	80	160,0
Полдник		
1. Фрукты	1	162,0
2. Чай	200	60,0
Ужин		
1. Салат карт. с зелеными	100	157,0
2. Суп из св. картофеля	210	359,0
3. Кисель	200	122,0
4. Хлеб пшеничный	50	115,0
Второй ужин		
1. Шоколад	150	118,0

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

Л.А. Неволіна

МБОУ «Сивинская школа - интернат»

МЕНЮ НА 21.12.23

Наименование блюда	Выход блюда в граммах	Энергетическая ценность блюда, ккал
Завтрак		
1. Какао шипучая	200	425,4
2. Какао с молоком	200	144,0
3. Фруктовый салат с маслом	20/30	123,6
4. Хлеб пшеничный	40	96,0
Обед		
1. Салат из овощей с	60	79,0
2. Суп из св. картофеля	250	83,0
3. Фаршированные	250	432,0
4. Компот из фруктов	200	81,0
5. Хлеб ржаной-пшени.	80	160,0
Полдник		
1. Фрукты	1	336,0
2. Чай с лимонами	200	61,0
Ужин		
1. Суп из курицы	100	248,8
2. Картофельное пюре	200	126,0
3. Компот из фруктов	200	92,0
4. Хлеб пшеничный	50	115,0
Второй ужин		
1. Ржаные	150	117,0

