

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор школы  
 Л.А. Неволіна *Неволина*

МБОУ «Сивинская школа - интернат»

МЕНЮ НА 15.01.2024г

| Наименование блюда      | Выход блюда в граммах | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|-------------------------|-----------------------|-------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                       |                                     |
|                         |                       |                                     |
|                         |                       |                                     |
| <b>Обед</b>             |                       |                                     |
| 1. Салат из белок. каш. | 80                    | 108,8                               |
| 2. Суп карт. с макар.   | 250                   | 111,3                               |
| 3. Жел из отв. супа     | 210                   | 359,0                               |
| 4. Компот из сухофр.    | 200                   | 110,0                               |
| 5. Хлеб ржано пшени.    | 80                    | 160,0                               |
| <b>Полдник</b>          |                       |                                     |
| 1. Йогурт               | 80                    | 333,6                               |
| 2. Сок                  | 200                   | 93,0                                |
| <b>Ужин</b>             |                       |                                     |
| 1. Вителок              | 100                   | 129,26                              |
| 2. Котлетки рыбные      | 100                   | 122,9                               |
| 3. Макароны отварные    | 200                   | 222,0                               |
| 4. Чай с имбирем        | 200                   | 61,0                                |
| 5. Хлеб пшеничный       | 50                    | 115,0                               |
| <b>Второй ужин</b>      |                       |                                     |
| 1. Шоколад              | 150                   | 130,5                               |

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор школы  
 Л.А. Неволіна *Неволина*

МБОУ «Сивинская школа - интернат»

МЕНЮ НА 16.01.2024г

| Наименование блюда         | Выход блюда в граммах | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|----------------------------|-----------------------|-------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>             |                       |                                     |
| 1. Каша кукурузная         | 300                   | 350,1                               |
| 2. Какао с молоком         | 200                   | 114,0                               |
| 3. Бургер с сыром          | 15/30                 | 122,0                               |
| 4. Хлеб пшеничный          | 40                    | 90,0                                |
| <b>Обед</b>                |                       |                                     |
| 1. Суп карт. с рыби.       | 250                   | 184,5                               |
| 2. Суп из овощей           | 100                   | 118,0                               |
| 3. Картоф. пюре            | 100                   | 194,1                               |
| 4. Компот тушиная          | 100                   |                                     |
| 5. Компот из яблок         | 200                   | 92,0                                |
| 6. Хлеб ржано-пшени.       | 80                    | 160,0                               |
| 7. Салат                   | 1                     | 94,0                                |
| <b>Полдник</b>             |                       |                                     |
| 1. Булка                   | 1                     | 123,0                               |
| 2. Чай                     | 200                   | 60,0                                |
| <b>Ужин</b>                |                       |                                     |
| 1. Салат из овощей с сыром | 100                   | 148,0                               |
| 2. Запеканка из творога    | 200                   | 565,0                               |
| 3. Соус шоколадный         | 50                    | 128,05                              |
| 4. Кисель                  | 200                   | 122,0                               |
| 5. Хлеб пшеничный          | 50                    | 115,0                               |
| <b>Второй ужин</b>         |                       |                                     |
| 1. Кефир                   | 150                   | 75,0                                |

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор школы  
 Л.А. Неволина *Неволина*

МБОУ «Сивинская школа - интернат»

МЕНЮ НА 17.01.2024г

|    | Наименование блюда                         | Выход блюда в граммах | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|----|--|-----------------------|-------------------------------------|
|    | <b>Завтрак</b>                             |                       |                                     |
| 1. | Каша рисовая                               | 300                   | 344,1                               |
| 2. | Чай с лимонадом                            | 200                   | 67,0                                |
| 3. | Яйцо вареное                               | 1                     | 63,0                                |
| 4. | Хлеб пшеничный                             | 40                    | 96,0                                |
|    | <b>Обед</b>                                |                       |                                     |
| 1. | Салат из свеклы с <sup>маслом</sup>        | 60                    | 79,9                                |
| 2. | Суп крем. с <sup>картошкой</sup> и курицей | 250                   | 112,5                               |
| 3. | Котлета из говядины                        | 100                   | 286,0                               |
| 4. | Каша гречневая                             | 200                   | 337,0                               |
| 5. | Каша из кураги                             | 200                   | 87,0                                |
| 6. | Хлеб пшеничный                             | 80                    | 169,0                               |
|    | <b>Полдник</b>                             |                       |                                     |
| 1. | Булочка                                    | 1                     | 170,0                               |
| 2. | Напиток из шипов.                          | 200                   | 97,0                                |
|    | <b>Ужин</b>                                |                       |                                     |
| 1. | Кура отварная                              | 100                   | 342,0                               |
| 2. | Жульен из овощей                           | 200                   | 180,0                               |
| 3. | Чай  | 200                   | 60,0                                |
| 4. | Хлеб пшеничный                             | 50                    | 115,0                               |
|    | <b>Второй ужин</b>                         |                       |                                     |
| 1. | Йогурт                                     | 150                   | 130,5                               |

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор школы  
 Л.А. Неволина *Неволина*

МБОУ «Сивинская школа - интернат»

МЕНЮ НА 18.01.2024г

|    | Наименование блюда                      | Выход блюда в граммах | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|----|---|-----------------------|-------------------------------------|
|    | <b>Завтрак</b>                          |                       |                                     |
| 1. | Каша Дружба                             | 300                   | 352,8                               |
| 2. | Кор. напиток с <sup>молоком</sup>       | 200                   | 118,69                              |
| 3. | Футерброд с <sup>молоком</sup> и маслом | 10/30                 | 145,3                               |
| 4. | Хлеб пшеничный                          | 40                    | 96,0                                |
|    | <b>Обед</b>                             |                       |                                     |
| 1. | Салат из моркови                        | 60                    | 82,08                               |
| 2. | Фарш из св. каш.                        | 250                   | 141,1                               |
| 3. | Жуль с фасолью                          | 250                   | 377,7                               |
| 4. | Каша из кураги                          | 200                   | 110,0                               |
| 5. | Хлеб пшеничный                          | 80                    | 160,0                               |
|    | <b>Полдник</b>                          |                       |                                     |
| 1. | Творожок москов.                        | 1                     | 173,0                               |
| 2. | Сок                                     | 200                   | 93,0                                |
|    | <b>Ужин</b>                             |                       |                                     |
| 1. | Салат из св. каш.                       | 100                   | 70,0                                |
| 2. | Жульен из овощей                        | 200                   | 515,0                               |
| 3. | Молоко <sup>с сахаром</sup> сгущенное   | 30                    | 97,8                                |
| 4. | Каша с молоком                          | 200                   | 164,0                               |
| 5. | Хлеб пшеничный                          | 50                    | 115,0                               |
|    | <b>Второй ужин</b>                      |                       |                                     |
| 1. | Резинка                                 | 150                   | 117,0                               |

