

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор Государственного  
 бюджетного общеобразовательного  
 учреждения Республики Марий Эл  
 "Русскошойская школа-интернат"  
 \_\_\_\_\_ п/п \_\_\_\_\_ И.А.Деревянных

**МЕНЮ**  
**13 апреля 2024г.**

Шеф-повар: Е.А.Арсаева

**Неделя 1. Суббота**

*12-18 лет осень-зима*

№ рецептур ы	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые порции			Энергетич еская ценность
			Б	Ж	У	
	<b><u>ЗАВТРАК</u></b>					
302	Каша геркулесовая вязкая с маслом	250	7	9	23	189
96	Масло сливочное порциями	20	2	1	14	85
692	Кофейный напиток	200	0,18	7,1	16	102
	Хлеб пшеничный	50	2,3	0,24	15	113
	Хлеб ржаной	30	1,06	0,2	6,4	57
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>				<b>546</b>
	<b><u>II ЗАВТРАК</u></b>					
	печенье	50	0,9	0,6	24	87
685	Чай с сахаром	150	0,2		12,4	38
	<b>Итого за II завтрак</b>	<b>200</b>				<b>125</b>
	<b><u>ОБЕД</u></b>					
110	Борщ со свежей капустой, картофелем	220	2,9	7,5	22,5	189,7
	с мясом (говядина)	30	7,9	2	0	55
298	Голубцы ленивые	90	7	4,5	10,5	126,7
520	Картофельное пюре	150	5,2	8	24,3	125,6
78	Икра морковная	60	1,8	4,7	6,9	58
631	Компот из свежих фруктов (яблоко)	200	0,2	0	35,8	87
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	25	113
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	9,6	57
	<b>Итого за обед</b>	<b>800</b>				<b>812</b>
	<b><u>ПОЛДНИК</u></b>					
728	блинчики со сметаной	80	6,9	9	48	168,9
	Фрукты в ассортименте	100	0,8	2	16	67
638	Компот с изюмом	180	0,6	0	26,4	97
	<b>Итого за полдник</b>	<b>360</b>				<b>332,9</b>

	<b><u>УЖИН</u></b>					
451	Шницель говяжий	100	11,5	12,8	12	168
224	Овощное рагу с маслом	250	5,8	7,5	15,8	198,7
697	Молоко кипяченое	200	5,6	6,4	10	125,8
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,24	15	67,8
	Хлеб ржаной	20	1,06	0,2	6,4	38
	<b>Итого за ужин</b>	<b>600</b>				<b>598,3</b>
	<b><u>II УЖИН</u></b>					
698	Кис.мол. в ассортименте	200	1,6	0,3	9,6	120
	<b>Итого за II ужин</b>	<b>200</b>				<b>120</b>
			<b>80,2</b>	<b>83,98</b>	<b>404,6</b>	<b>2534,2</b>