

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

МЕНЮ

4 апреля 2024г.

Шеф-повар: Е.А.Арсеева

Четверг

7-11 лет осень-зима

<u>ЗАВТРАК</u>						
302	Каша ячневая вязкая с маслом молоко	150	6,8	14	29,5	125,6
337	Яйцо вар	40	5,1	4,6	0,3	63
2	Бутерброд с джемом	30	1,2	3,1	15,2	68,9
	вафли	40	2	1,5	30	78,9
690	Кофейный напиток с молоком	200	2,4	3,6	27,9	98,7
	Хлеб пшеничный	30	0,18	7,1	16	78,5
	Хлеб ржаной	20	1,06	0,2	6,4	38
	Итого за завтрак	510				551,6
<u>II ЗАВТРАК</u>						
	Пряники	50	1,41	0,84	18,3	78,5
707	Сок в ассортименте	150	2		6,6	36
	Итого за II завтрак	200				114,5
<u>ОБЕД</u>						
110	картофелем	180	2	5,2	13,1	123,5
	с мясом (курица)	20	3,8	1,5	0,1	65
359	рыба отварная	90	8	8	0	97,5
520	картофельное пюре с маслом	150	3,2	6,8	18,9	118,7
536	Свекла тушеная	60	3,6	8	24	68
630, 1994г	Чай с молоком	200	2,8	3,2	17,7	124
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	25	113
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	9,6	57
	Итого за обед	750				766,7
<u>ПОЛДНИК</u>						
366	Запеканка из творога со сметаной	70	14,41	2,195	17,5	198,7
	фрукты в ассортименте	100	0,8	0,8	16	35,5
685	Чай с сахаром	150	0,3		21,3	95
	Итого за полдник	320				329,2
<u>УЖИН</u>						

332	Макароны отварные с маслом	150	5,1	9,1	33,2	137,6
488	мясо птицы тушеное с овощами	100	1,8	4,3	0,4	103
648	Кисель с джемом	200			27,8	120
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,24	15	67,8
	Хлеб ржаной	20	1,06	0,2	6,4	38
	Итого за ужин	500				466,4
	<u>II УЖИН</u>					
698	Кис.мол. в ассортименте	200	5,6	6,4	8,2	118
	Итого за II ужин	200				118
			70,42	72,975	374,6	2346,4