

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

МЕНЮ

14 мая 2024г.

Шеф-повар: Е.А.Арсеева

| Вторник | | <i>12-18 лет</i> | | | | |
|----------------|-------------------------------|------------------|----------------|------|------|-------------------------|
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые порции | | | Энергетическая ценность |
| | | | Б | Ж | У | |
| 302 | каша манная вязкая с маслом | 250 | 9 | 13,5 | 38,7 | 213 |
| 97 | сыр порциями | 40 | 4 | 5 | 9 | 115 |
| 692 | Кофейный напиток | 200 | 0,18 | 3,4 | 16 | 86 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,5 | 20 | 85,6 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,06 | 0,2 | 6,4 | 38 |
| | Итого за завтрак | 550 | | | | 537,6 |
| | <u>II ЗАВТРАК</u> | | | | | |
| | Печенье | 50 | 3,2 | 5,7 | 35,8 | 90,6 |
| 707 | Сок фруктовый в ассортименте | 150 | 0,6 | | 24,6 | 36 |
| | Итого за II завтрак | 200 | | | | 126,6 |
| | <u>ОБЕД</u> | | | | | |
| 138 | Суп картофельный с крупой, | 220 | 0,5 | 1 | 7 | 198,7 |
| | с мясом (кур) | 30 | 5,2 | 1,1 | 0 | 61 |
| 489 | Рагу из курицы | 180 | 11 | 11 | 24,3 | 248 |
| 78 | Икра свекольная | 100 | 1,2 | 8,4 | 5,5 | 79 |
| 639 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0 | 23,6 | 118 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,8 | 0,4 | 25 | 113 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,6 | 0,3 | 5,6 | 57 |
| | Итого за обед | 800 | | | | 874,7 |
| | <u>ПОЛДНИК</u> | | | | | |
| 728 | блинчики с маслом | 100 | 5,1 | 9,9 | 38 | 178 |
| 693 | Какао с молоком | 200 | 4,9 | 5 | 22,5 | 124,3 |
| | Итого за полдник | 300 | | | | 302,3 |
| | <u>УЖИН</u> | | | | | |
| 388 | Биточки рыбные | 90 | 8 | 0,4 | 1,2 | 56,9 |
| 508 | маслом | 180 | 6,5 | 6,8 | 42,5 | 235 |

| | | | | | | |
|-----|-------------------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| 78 | Икра морковная | 80 | 2 | 4,5 | 7,3 | 112,4 |
| 686 | Чай с лимоном | 200 | 0,3 | | 17,8 | 65 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,24 | 15 | 78,5 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,06 | 0,2 | 6,4 | 38 |
| | Итого за ужин | 600 | | | | 585,8 |
| | <u>II УЖИН</u> | | | | | |
| 698 | Кис.мол. в ассортименте | 200 | 3,2 | 1,9 | 6,4 | 120 |
| | Итого за II ужин | 200 | | | | 120 |
| | | | 78,3 | 79,44 | 398,6 | 2547 |