

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

МЕНЮ

15 мая 2024г.

Шеф-повар: Е.А.Арсеева

Среда

7-11 лет осень-зима

<u>ЗАВТРАК</u>						
511	рис отварной	150	3,6	5	27,4	180
96	Масло слив порциями	10	0	0,8	7,25	98
374	Рыба тушеная в томате с овощами	90	4	3	2,1	68,4
685	Чай с сахаром	200	0,2		12,4	63
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,24	15	67,8
	Хлеб ржаной	20	1,06	0,2	6,4	38
	Итого за завтрак	500				515,2
<u>II ЗАВТРАК</u>						
	Вафли	50	2	2,5	40	78,9
707	Сок в ассортименте	150	2		6,6	36
	Итого за II завтрак	200				114,9
<u>ОБЕД</u>						
148	Суп-лапша домашняя	200	0,35	10,1	3,5	166
	с мясом (кур)	20	3,8	1,5	0,1	30
492	Плов из курицы с перл. крупой	150	8,7	11,3	34,1	223,5
78	икра морковная	60	1	3,8	5,6	56
633	Компот из свежих плодов	200	0,4		35,4	87,3
	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	25	113
	Хлеб ржаной	30	1,6	0,3	9,6	57
	Итого за обед	700				732,8
<u>ПОЛДНИК</u>						
647	Кисель из джема	200			25,6	148
	Фрукты в ассортименте	100	0,7	0,7	15	70
757	Пирожки с луком картошкой	60	7,4	4,7	51	135
	Итого за полдник	360				353
<u>УЖИН</u>						
216	картофель тушеный	150	3,15	11,6	18,7	122
411	Мясо отварное	100	20,8	13,64	0,21	176
630, 1994г.	Чай с молоком	200	2,8	3,2	14,2	86

	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,24	15	67,8
	Хлеб ржаной	20	1,06	0,2	6,4	38
	Итого за ужин	500				489,8
	<u>II УЖИН</u>					
698	Кис.мол. в ассортименте	200	1,6	0,3	9,6	118
	Итого за II ужин	200				118
			74,62	73,72	386,16	2323,7