

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

## МЕНЮ

**11 марта 2023г**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые порции			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	<b><u>ЗАВТРАК</u></b>					
161	Суп молочный с геркулесом	200	6,6	8,6	18,3	176
377	Яйцо вар	40	5,1	4,6	0,3	63
692	Кофейный напиток	200	5,2		28	127
	Хлеб пшеничный	40	2,3	0,24	15	67,8
	Хлеб ржаной	20	1,06	0,2	6,4	38
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>				<b>471,8</b>
	<b><u>II ЗАВТРАК</u></b>					
	сушка	50	0,9	0,6	24	84
707	Сок фруктовый в ассортименте	150	0,6		24,6	34
	<b>Итого за II завтрак</b>	<b>200</b>				<b>118</b>
	<b><u>ОБЕД</u></b>					
157	солянка домашняя	200	14,5	11,2	4,6	220
508	Каша перловая	150	4,3	9,1	31	124
437	Гуляш	90	15,4	16,3	10,56	187
576	икра морковная	50	1,5	0,1	3,5	72
637	Компот из изюма	200	0,4	0	27,4	86
	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>740</b>				<b>859</b>
	<b><u>ПОЛДНИК</u></b>					
738	Пирожки печеные	60	4,7	2,7	29,3	158
	Фрукты в ассортименте	100	0,7	0,7	15	70
647	Кисель из варенья	200			40,2	127
	<b>Итого за полдник</b>	<b>360</b>				<b>355</b>
	<b><u>УЖИН</u></b>					
275,	Макароны с томатом	150	4,582	7,73	30,52	135
1994г	Котлета Улыбка	90	9,54	11,69	4,4	98
536	Свекла тушеная	50	3,6	8	24	48
697	Молоко кипяченое	200	5,6	6,4	9,4	94
	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>540</b>				<b>480,8</b>
	<b><u>II УЖИН</u></b>					
698	Кис.мол. в ассортименте	200	3,2	1,9	6,4	118
	<b>Итого за II ужин</b>	<b>200</b>				<b>118</b>
			<b>95,342</b>	<b>89,3</b>	<b>402,48</b>	<b>2402,6</b>

Шеф-повар: И.А.Арасланова