

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

## МЕНЮ

**12 марта 2024г.**

Шеф-повар: Е.А.Арсеева

№ 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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>				<b>537,6</b>
	<b><u>II ЗАВТРАК</u></b>					
	Печенье	50	3,2	5,7	35,8	90,6
707	Сок фруктовый в ассортименте	150	0,6		24,6	36
	<b>Итого за II завтрак</b>	<b>200</b>				<b>126,6</b>
	<b><u>ОБЕД</u></b>					
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
	<b>Итого за обед</b>	<b>800</b>				<b>874,7</b>
	<b><u>ПОЛДНИК</u></b>					
728	блинчики с маслом	100	5,1	9,9	38	178
693	Какао с молоком	200	4,9	5	22,5	124,3
	<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>				<b>302,3</b>
	<b><u>УЖИН</u></b>					
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
	<b>Итого за ужин</b>	<b>600</b>				<b>585,8</b>
	<b><u>II УЖИН</u></b>					
698	Кис.мол. в ассортименте	200	3,2	1,9	6,4	120
	<b>Итого за II ужин</b>	<b>200</b>				<b>120</b>
			<b>78,3</b>	<b>79,44</b>	<b>398,6</b>	<b>2547</b>