

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

МЕНЮ

15 марта 2024г.

Шеф-повар: Е.А.Арсаева

Пятница

7-11 лет осень-зима

<u>ЗАВТРАК</u>						
302	Каша пшеничная вязкая с маслом молок	150	5,5	9,5	24	124,3
97	сыр порциями	30	3,3	3,3	8	95
698	йогурт	95	2,3	2,3	7,2	86,3
693	Какао с молоком	180	1,9	3,2	17,5	98,7
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,24	15	67,8
	Хлеб ржаной	20	1,06	0,2	6,4	38
	Итого за завтрак	505				510,1
<u>II ЗАВТРАК</u>						
2	бутерброд с повидлом (батон)	50	0,9	0,6	24	82,6
631	Компот из свежих плодов	150	0,4		35,4	142
	Итого за II завтрак	200				224,6
<u>ОБЕД</u>						
	Пельмени в бульоне	200	6,1	5,6	22,3	187
402	Азу	200	7,8	25,3	47,25	168,8
576	икра морковная	60	1,5	0,1	3,5	54,8
639	Компот из сухофруктов	200	0,6	0	27,4	79,5
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	25	87,6
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	9,6	68
	Итого за обед	710				645,7
<u>ПОЛДНИК</u>						
686	Чай с лимоном	150	0,3		8,6	60
	фрукты в ассортименте	100	0,8	0,8	16	35,5
355	вареники ленивые со сметаной	80	13,5	6,4	13,5	292
	Итого за полдник	330				387,5
<u>УЖИН</u>						
388	биточки рыбные	90	7	0,4	2	30,5
508	каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	5,6	8,5	38,1	169
214	Капуста тушеная	50	1,25	3,5	5,35	21
1994	Чай с молоком	180	2,8	3,2	14,3	115

	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,24	15	67,8
	Хлеб ржаной	20	1,06	0,2	6,4	38
	Итого за ужин	520				441,3
	<u>II УЖИН</u>					
698	Кис.мол. в ассортименте	200	1,6	0,3	9,6	118
	Итого за II ужин	200				118
			75,27	74,58	401,4	2327,2