

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

## МЕНЮ

16 февраля 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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>505</b>				<b>510,1</b>
<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
	<b>Итого за II завтрак</b>	<b>200</b>				<b>224,6</b>
<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
	<b>Итого за обед</b>	<b>710</b>				<b>645,7</b>
<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
	<b>Итого за полдник</b>	<b>330</b>				<b>387,5</b>
<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
	<b>Итого за ужин</b>	<b>520</b>				<b>441,3</b>
	<b><u>II УЖИН</u></b>					
698	Кис.мол. в ассортименте	200	1,6	0,3	9,6	118
	<b>Итого за II ужин</b>	<b>200</b>				<b>118</b>
			<b>75,27</b>	<b>74,58</b>	<b>401,4</b>	<b>2327,2</b>