

УТВЕРЖДАЮ

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

**МЕНЮ**

**25 декабря 2023**

Шеф-повар: Е.А.Арсеева

**Понедельник**

*12-18 лет осень-зима*

№ рецептур ы	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые порции			Энергетиче ская ценность
			Б	Ж	У	
	<b><u>ЗАВТРАК</u></b>					
302	Каша ячневая вязкая с маслом	250	6,8	14	39,75	210,4
2	Повидло	30	1,2	3,1	21	98,7
694	Какао с молоком сгущенным	200	3,7	4	25,4	114,8
	Хлеб пшеничный	40	2,3	0,24	15	67,8
	Хлеб ржаной	30	1,06	0,2	6,4	38
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>				<b>529,7</b>
	<b><u>II ЗАВТРАК</u></b>					
	Сушка	70	3,9	5,3	31,5	87,5
707	Сок в ассортименте	150	2		6,6	36
	<b>Итого за II завтрак</b>	<b>220</b>				<b>123,5</b>
	<b><u>ОБЕД</u></b>					
139	Суп картофельный с бобовыми	230	6,1	5,6	21,3	267,8
	с мясом (куры п/п)	20	3,8	1,5	0,1	40
520	Картофельное пюре с маслом	150	4,2	9	26,2	238
455	Котлеты рублен. с белокоч.капустой	90	14,3	5,82	3,4	154,6
214	Капуста тушеная	60	1,25	3,5	5,35	31
685	Чай с сахаром	200	0,2		12,4	77
	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>800</b>				<b>978,4</b>
	<b><u>ПОЛДНИК</u></b>					
738	Пирожки печеные	60	4,7	2,7	29,3	114
	Фрукты в ассортименте	100	3,6		41,8	144
638	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	0,6	0	26,4	97
	<b>Итого за полдник</b>	<b>360</b>				<b>355</b>

	<b><u>УЖИН</u></b>					
181	Уха из свеж рыбы с перловой крупой	250	4	6,1	21,4	237
337	Яйцо вар	40	5,1	4,6	0,3	63
630, 1994г	Чай с молоком	200	2,8	3,2	17,7	137,6
	Хлеб пшеничный	50	2,3	0,24	15	98
	Хлеб ржаной	30	1,06	0,2	6,4	49
	<b>Итого за ужин</b>	<b>570</b>				<b>584,6</b>
	<b><u>II УЖИН</u></b>					
698	Кис.мол. в ассортименте	200	5,6	6,4	8	120
	<b>Итого за II ужин</b>	<b>200</b>				<b>118</b>
			<b>85,97</b>	<b>76,4</b>	<b>415,3</b>	<b>2689,2</b>