

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

МЕНЮ

26 декабря 2023г.

Шеф-повар: Е.А.Арсеева

№ рецепту ры	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые порции			Энергетич еская ценность
			Б	Ж	У	
302	каша манная вязкая с маслом	250	11,4	12	27,45	236
2	джем	40	1,2	3,1	21	120
692	Кофейный напиток	200	0,18	7,1	16	86
	Хлеб пшеничный	40	2,3	0,24	15	67,8
	Хлеб ржаной	20	1,06	0,2	6,4	38
	Итого за завтрак	550				547,8
	<u>II ЗАВТРАК</u>					
	Печенье	50	3,2	5,7	28,3	79,5
707	Сок фруктовый в ассортименте	150	0,6		24,6	36
	Итого за II завтрак	200				115,5
	<u>ОБЕД</u>					
138	Суп картофельный с крупой,	250	0,35	0,05	3,5	224
	с мясом (кур)	20	6,2	1,1	0	59
489	Рагу из курицы	200	12	11,2	17,4	324
78	Икра свекольная	60	1,2	13,8	5,5	79
639	Компот из сухофруктов	200	0,6	0	27,4	118
	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	25	113
	Хлеб ржаной	30	1,6	0,3	9,6	57
	Итого за обед	800				974
	<u>ПОЛДНИК</u>					
728	блинчики с маслом	130	6,1	11,6	38	234
693	Какао с молоком	200	4,9	5	27,5	176
	Итого за полдник	330				410
	<u>УЖИН</u>					
388	Биточки рыбные	100	7	0,4		87
508	маслом	200	8,4	10,89	38,1	215

78	Икра морковная	60	1,2	13,8	5,5	79
686	Чай с лимоном	200	0,3		15,2	60
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,24	15	67,8
	Хлеб ржаной	20	1,06	0,2	6,4	38
	Итого за ужин	610				546,8
	<u>II УЖИН</u>					
698	Кис.мол. в ассортименте	200	3,2	1,9	6,4	120
	Итого за II ужин	200				120
			80,15	99,22	379,25	2714,1
			68,75	87,22	351,8	2714,1