

Учреждение:

ГБОУ Республики Марий Эл «Школа-интернат «Дарование»

МЕНЮ БЛЮД
на 18 января 2023 г.

№ п/п	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, кг
Завтрак				
1	139,800	7	Бутерброд с сыром 50/15	0,065
2	148,700	693	Какао на молоке	0,200
3	219,000	340	Омлет натуральный	0,110
Полдник				
1	240,000		Вафли	0,040
2	99,800	699	Напиток апельсиновый	0,200
Обед				
1	119,000	645	Кисель фруктовый	0,200
2	454,800	443	Плов с мясом говядины	0,250
3	149,900	132	Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины и сметаной	0,275
4	43,500	50	Салат из свеклы	0,060
5	104,000	2	Хлеб пшеничный	0,050
6	104,000	3	Хлеб ржаной	0,050
Ужин				
1	130,400	639	Компот из смеси сухофруктов	0,200
2	258,000	489	Рагу из мяса птицы	0,250
3	104,000	2	Хлеб пшеничный	0,050
4	104,000	3	Хлеб ржаной	0,050
Ужин второй				
1	120,000	11/1	Пряники с начинкой	0,060
2	58,000	684	Чай с сахаром	0,200
Итого:	2 596,900			

Руководитель :

/Н. А. Толстова/

Диетсестра :

/М. А. Охотникова/