

Учреждение:
ГБОУ Республики Марий Эл «Школа-интернат «Дарование»

**МЕНЮ БЛЮД
на 20 января 2023 г.**

№ п/п	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, кг
Завтрак				
1	283,100	302	Каша геркулесовая вязкая на молоке	0,215
2	105,200	692	Кофейный напиток	0,200
3	104,000	2	Хлеб пшеничный	0,050
Полдник				
1	94,000		Сок абрикосовый	0,200
2	104,000	2	Хлеб пшеничный	0,050
3	63,000	462	Яйцо вареное (шт)	1,000
Обед				
1	235,800	110	Борщ с капустой и картофелем с мясом говядины и сметаной	0,275
2	130,400	639	Компот из смеси сухофруктов	0,200
3	156,900	498	Котлета из мяса птицы	0,090
4	15,000		Овощи к столу (морковь)	0,060
5	247,100	511/1	Рис отварной с соусом	0,180
6	104,000	2	Хлеб пшеничный	0,050
7	104,000	3	Хлеб ржаной	0,050
Ужин				
1	205,000	520	Картофельное пюре	0,200
2	161,800		Рыба тушеная в томате с	0,150
3	104,000	2	Хлеб пшеничный	0,050
4	104,000	3	Хлеб ржаной	0,050
5	60,300	684/1	Чай сладкий с лимоном	0,207
Ужин второй				
1	112,000	10	Йогурт питьевой	0,200
2	140,000		Пирожное с начинкой	0,030
Итого:	2 633,600			

Руководитель :  /Н. А. Толстова/

Диетсестра :  /М. А. Охотникова/