

ГКОУ УР "Балезинская школа-интернат"

Утверждаю.

Категория: 12--18

Руководитель учреждения:

Дата: 25.04.24

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00C070F21C81923309BFD39ABD47830AB2  
Владелец: Алексеева Ольга Анатольевна  
Действителен: с 13.03.2024 до 06.06.2025

О.А. Алексеева.

МЕНЮ	Номер карточки	Выход	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал	Витамин (мг)	Стоимость (руб.)		
<b>Завтрак</b>		<b>495</b>	<b>14,37</b>	<b>10,60</b>	<b>88,61</b>	<b>479,73</b>	<b>1,24</b>	<b>28,43</b>		
Каша овсянная "Геркулес" жидкая	129	200	6,2	9,6	26,6	211,6	1,24	11,58		
Чай с лимоном	146	180	0,27	0,00	13,7	54,00	0,00	2,99		
Хлеб пшеничный 100		100	7,9	1,00	48,3	213,6	0,00	6,20		
Сыр п/порционный		15	0,004	0,004	0,01	0,53	0,00	7,66		
<b>Обед</b>		<b>930</b>	<b>31,39</b>	<b>25,23</b>	<b>141,62</b>	<b>880,90</b>	<b>77,24</b>	<b>168,78</b>		
Салат из свежих Помидоров и огурцов	3	100	0,9	5,00	4,00	60,00	14,15	16,70		
Рассольник (б) "Ленинградский"	132	250	3,00	4,5	20,1	135,00	20,6	13,29		
Картофельное пюре	92	180	3,78	8,1	26,28	196,2	30,86	113,15		
Гуляш	63	100	13,9	6,5	4,00	132,00	7,13	3,10		
Хлеб пшеничный 50		50	3,95	0,5	24,15	106,8	0,00	3,95		
Хлеб ржаной 70		70	5,32	0,63	34,79	139,3	0,00	5,27		
Компот из сухофруктов (С-витамин)	153	180	0,54	0,00	28,3	111,6	4,5	13,32		
<b>Полдник</b>		<b>455</b>	<b>1,61</b>	<b>0,25</b>	<b>54,92</b>	<b>234,67</b>	<b>11,13</b>	<b>42,30</b>		
Напиток из шиповника	256	180	0,61	0,00	18,9	78,3	5,44	6,48		
Печенье 32		32	0,001	0,003	0,01	0,072	0,00	5,12		
Фрукт яблоко 63		63	0,39	0,25	17,11	78,00	0,25	23,14		
<b>Ужин</b>		<b>580</b>	<b>43,45</b>	<b>29,06</b>	<b>107,41</b>	<b>639,40</b>	<b>126,36</b>	<b>67,34</b>		
Капуста тушенная	210	180	4,7	5,81	24,21	156,9	77,76	32,99		
Котлета (ф) "Загадка"	76	100	13,9	10,1	11,8	186,2	28,6	3,10		
Хлеб пшеничный 50		50,0	3,95	0,5	24,15	106,8	0,00	2,82		
Хлеб ржаной 50		50,0	3,8	0,45	24,85	99,5	0,00	13,60		
Сок фруктовый		200,0	17,1	12,2	22,4	90,00	20,00	14,83		
<b>Пятое питание</b>		<b>200,0</b>	<b>5,50</b>	<b>6,40</b>	<b>8,17</b>	<b>112,50</b>	<b>29,40</b>	<b>0,00</b>		
Снежок	166,0	200,0	5,5	6,4	8,17	112,5	29,4	0,00		
<b>Итого</b>			<b>96,33</b>	<b>71,55</b>	<b>400,73</b>	<b>2347,20</b>	<b>245,37</b>	<b>306,85</b>		