

Утверждаю ГБОУ СО "ЕШИ для детей, нуждающихся в длительном лечении"

Савенков Владимир Михайлович

# МЕНЮ

на 16.04.2024 г.

## Интернат

### ЗАВТРАК

| № рец. | Наименование блюд               | Выход, гр. | Пищевая ценность |        |          |              |
|--------|---------------------------------|------------|------------------|--------|----------|--------------|
|        |                                 |            | Белки            | Жиры   | Углеводы | Калорийность |
| 36/3   | Сырники из творога со сгущенкой | 0,200      | 34,801           | 24,398 | 39,378   | 521,55       |
| 256    | Яблоко                          | 0,120      | 0,48             | 0,48   | 11,76    | 56,4         |
| 224    | Батон Золотинка                 | 0,050      | 3,75             | 1,45   | 25,7     | 131          |
| 142    | Чай с лимоном                   | 0,200      | 0,263            | 0,007  | 15,22    | 61,14        |

### ЗАВТРАК 2

| № рец. | Наименование блюд          | Выход, гр. | Пищевая ценность |       |          |              |
|--------|----------------------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
|        |                            |            | Белки            | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
| 212    | Сыр                        | 0,020      | 5,2              | 5,3   | 0,7      | 71,12        |
| 224    | Батон Золотинка            | 0,050      | 3,75             | 1,45  | 25,7     | 131          |
| 945    | Кофейный напиток с молоком | 0,200      | 3,456            | 3,776 | 15,28    | 107,82       |

### ОБЕД

| № рец. | Наименование блюд                    | Выход, гр. | Пищевая ценность |        |          |              |
|--------|--------------------------------------|------------|------------------|--------|----------|--------------|
|        |                                      |            | Белки            | Жиры   | Углеводы | Калорийность |
| 47     | Суфле "Рыбка"                        | 0,100      | 12,6296          | 18,809 | 16,0416  | 284,42       |
| 154    | Напиток из плодов шиповника          | 0,200      | 0,68             | 0,28   | 29,62    | 132,6        |
| 215    | Зелень свежая (лук, укроп, петрушка) | 0,005      | 0,065            | 0,005  | 0,16     | 1            |
| 214    | Соль                                 | 0,005      | 0                | 0      | 0        | 0            |
| 327    | Рис припущенный с овощами            | 0,180      | 15,11            | 21,73  | 37,51    | 406,13       |
| 204    | Хлеб пшеничный                       | 0,025      | 1,9              | 0,2    | 12,15    | 58           |
| 206    | Хлеб ржаной                          | 0,050      | 3,3              | 0,6    | 16,7     | 87           |
| 198-1  | Салат из свеклы с черносливом        | 0,100      | 1,49             | 5,135  | 18,63    | 123,91       |
| 9      | Суп картофельный с бобовыми          | 0,250      | 6,69             | 6,3    | 17,67    | 154,33       |

### ПОЛДНИК

| № рец. | Наименование блюд   | Выход, гр. | Пищевая ценность |        |          |              |
|--------|---------------------|------------|------------------|--------|----------|--------------|
|        |                     |            | Белки            | Жиры   | Углеводы | Калорийность |
| 148-1  | Молоко кипяченое    | 0,250      | 7,25             | 8      | 11,75    | 150          |
| 59.0   | Ватрушка с творогом | 0,100      | 12,5746          | 6,2236 | 45,016   | 290,45       |

### УЖИН

| № рец. | Наименование блюд            | Выход, гр. | Пищевая ценность |         |          |              |
|--------|------------------------------|------------|------------------|---------|----------|--------------|
|        |                              |            | Белки            | Жиры    | Углеводы | Калорийность |
| 132    | Компот из свежих яблок       | 0,200      | 0,16             | 0,16    | 27,872   | 109,76       |
| 907    | Макароны отварные            | 0,200      | 8,1              | 37,16   | 50       | 567,1        |
| 206    | Хлеб ржаной                  | 0,050      | 3,3              | 0,6     | 16,7     | 87           |
| 259    | Котлета из говядины с соусом | 0,175      | 18,279           | 27,4222 | 20,2494  | 402,22       |
| 186    | Винегрет овощной             | 0,100      | 1,595            | 10,163  | 7,259    | 127,77       |

### УЖИН 2

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Пищевая ценность |      |          |              |
|--------|-------------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|        |                   |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 208    | Снежок            | 0,200      | 10               | 6,4  | 7        | 136          |
| 172    | Банан             | 0,290      | 3                | 1    | 42       | 192          |

Повар

Бухгалтер

Врач-педиатр