

Утвержден  
директор школы-интернат  
В.А Аршинов

Меню  
На «21» октября 2026



| № техн. карты        | Наименование блюда                  | Вес порции 7-11/12 и старше | Химический состав |        | Энергетическая ценность к/кал |         |
|----------------------|-------------------------------------|-----------------------------|-------------------|--------|-------------------------------|---------|
|                      |                                     |                             | Б                 | Ж      |                               |         |
| завтрак              |                                     |                             |                   |        |                               |         |
| ТК № 115             | Каша ячневая молочная вязкая        | 250                         | 7,23              | 6,67   | 39,54                         | 246,87  |
| 54-19з-2020          | Масло сливочное порциями            | 10                          | 0,1               | 8,2    | 0,1                           | 74,8    |
| 54-23гн-2020         | Кофейный напиток                    | 200                         | 3,8               | 3,5    | 11,2                          | 91,21   |
| Пром.                | Хлеб пшеничный                      | 50                          | 3,07              | 1,07   | 20,9                          | 107,2   |
|                      | Хлеб ржаной                         | 40                          | 2,6               | 0,48   | 1,05                          | 72,4    |
| Всего за завтрак     |                                     | 550                         | 16,8              | 19,92  | 72,79                         | 592,48  |
| Второй завтрак       |                                     |                             |                   |        |                               |         |
| Пром.                | Фрукт яблоко                        | 185                         | 0,4               | 0,3    | 10,3                          | 45,5    |
| Пром.                | Сок персиковый                      | 200                         | 1,37              | 0,0    | 25,09                         | 100,44  |
| Всего за 2 завтрак   |                                     |                             | 1,77              | 0,3    | 35,39                         | 145,94  |
| Всего за завтрак     |                                     |                             | 18,57             | 20,22  | 108,18                        | 738,42  |
| Обед                 |                                     |                             |                   |        |                               |         |
| 54-12с-2020          | Суп с рыбными консервами            | 250                         | 9,88              | 5,13   | 15,53                         | 147,45  |
| ТК№12                | Салат из моркови с зеленым горошком | 100                         | 1,9               | 10,12  | 6,26                          | 123,4   |
| ТК№43                | Печень по-строгановски (2 вариант)  | 120                         | 20,16             | 11,34  | 3,41                          | 197,46  |
| ТК№240               | Картофель отварной в молоке         | 150                         | 4,18              | 9,38   | 36,28                         | 243,28  |
| 54-1хн-2020          | Компот из смеси сухофруктов         | 200                         | 0,5               | 0,0    | 19,8                          | 81,0    |
| Пром.                | Хлеб пшеничный + ржаной             | 50                          | 3,07              | 1,07   | 20,9                          | 107,2   |
|                      |                                     | 40                          | 2,6               | 0,48   | 1,05                          | 72,4    |
| Всего за обед        |                                     |                             | 42,29             | 37,52  | 103,23                        | 972,19  |
| 2 Полдник            |                                     |                             |                   |        |                               |         |
| 54-9в-2020           | Булочка школьная                    | 60                          | 25,17             | 9,01   | 40,96                         | 147,22  |
| ТК№385               | Молоко кипяченое                    | 200                         | 5,8               | 5,0    | 9,6                           | 107,0   |
| Всего за полдник     |                                     |                             | 30,97             | 14,01  | 50,56                         | 254,22  |
| Ужин                 |                                     |                             |                   |        |                               |         |
| 54-1о-2020           | Яйцо вареное                        | 40                          | 4,8               | 4,0    | 0,3                           | 56,6    |
| 54-8г-2020<br>ТК№210 | Капуста тушеная                     | 150                         | 3,6               | 5,0    | 14,5                          | 118,7   |
|                      | Курица в томатном соусе             | 120                         | 34,5              | 41,62  | 5,44                          | 534,29  |
| Пром.                | Хлеб пшеничный                      | 50                          | 3,07              | 1,07   | 20,9                          | 107,2   |
| 54-2гн-2020          | Чай с сахаром                       | 200                         | 0,2               | 0,0    | 6,5                           | 26,8    |
| Всего за ужин        |                                     |                             | 46,17             | 51,69  | 47,64                         | 843,59  |
| 2 ужин               |                                     |                             |                   |        |                               |         |
| Пром.                | «Кефир»                             | 150                         | 3,59              | 5,37   | 11,3                          | 111,31  |
| Всего за день        |                                     |                             | 141,59            | 128,81 | 320,91                        | 2919,73 |