

Утверждено:
директор школы-интерната
В.А Аршинова

Меню на «10» сентября 2026



№ техн. карты	Наименование блюда	Вес порции 7-11/12 и старше	Химический состав			Энергетическая ценность к/кал
			Б	Ж	У	
завтрак						
54-16к-2020	Каша «Дружба»	200/250	9.75/10.75	8.7/9.9	54.6/58.8	258.28/367.29
54-21гн-2020	Какао с молоком и сахаром	200	2,37	1,85	13,37	74,30
Пром	Хлеб пшеничный, ржаной	50	5	1	34	160
54-19з-2020	Масло сливочное порциями	10	0,15	11	0,13	71
Всего за завтрак			39.32	56.75	106.37	1081.59
Второй завтрак						
71	Бутерброд с сыром	40/15 40/30	37,5	0,25	53	223
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,60	0,0	27,6	108,0
Всего за 2 завтрак			38,1	0,25	80,6	33/
Всего			77.42	57	186.97	1412.59
Обед						
54-4с-2020	Рассольник домашний	250	2.7	8.2	17.62	161.33
ТК№31	Салат картофельный с зеленым горошком	90/100	1.01/1,26	9.24/10,14	7.23/8,32	114.2/129,2
54-11г-2020	Картофельное пюре	150/200	11.90/12.80	6.78/7.96	63/66	379.8/386.9
54-6м-2020	Биточки из говядины	140/180	21.3/23,32	25.8/28,95	3.58/4,70	368/370,15
Пром.	Хлеб пшеничный, ржаной	100\40	5 4	1 1	34 41	160 196
54-13хн-2020	Напиток шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3
Всего за обед			48.03	56.53	238.9	1469.09
2 Полдник						
Пром.	Фрукт апельсин	140	1,1	0,1	0,5	32
Пром.	Сок персиковый	200	0,13	0,0	24,90	97,46
Всего за полдник			11.93	4.3	94.5	462.46
Ужин						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	90/100	0.5/0,8	0,10/0.10	1.6/2,6	13/14
54-5г-2020	Каша перловая рассыпчатая	200	25.07	8.77	36.95	328.04
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате совами	120/150	12.6/13.71	4.05/5.08	6.35/7.28	121.09/123.18
Пром.	Хлеб пшеничный, ржаной	50\40	4 4	0,5 1	29 36	137 172
54-20хн-2020	Кисель из апельсинов	200	4,91	4,02	22,82	143,59
2 ужин						
Пром.	Бифидокефир	150/180	5.0/6,0	0.8/0,10	16.78/17,58	114.51/117.31
Всего за 2 ужин			57.69	19.57	152.23	1191.25
Всего за день			195.07	137.4	675.2	4531.39