



Утвержден
директор школы-интерна
В.А. Аршино

Меню На «4» октября 2026

№ техн. карты	Наименование блюда	Вес порции 7-11/12 и старше	Химический состав			Энергетическая ценность к/кал
			Б	Ж	У	
завтрак						
54-21к-2020	Каша жидкая молочная рисовая	200/250	20.21/21.22	20.12/21.3	2.05/3.02	254.66/288.66
ТК№385	Молоко кипяченое	200	5.6	6.4	24.37	172.1
Пром.	Хлеб пшеничный, ржаной	50\40	7	1	48	228
54-19з-2020	Масло сливочное порциями	10	0,15	11	0,13	71
Всего за 1-ый завтрак			45.03	48.7	132.42	1150.61
Второй завтрак						
Пром.	Фрукт яблоко	140	1.2	0.13	12,0	131.5
Пром.	Сок персиковый	200	0.52	00	38.40	150.63
Всего за 2 завтрак			1.2	0.13	12,0	131.5
Всего			48.28	48.85	191.32	1376.11
Обед						
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	250	5.25	4.60	23.57	156.71
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	80/100	1,1/1,3	3,6/4,5	6,1/7,6	60,8/76,1
54-1г-2020 ТК№43	Макаронь отварные Печень по строгановски (2)	150/200 100/120	5,3/7,1 16,8/20,2	5,5/7,4 9,5/11,3	32,7/43,7 2,8/3,4	202/269,3 164,6/197,5
Пром.	Хлеб пшеничный ржаной	50\40	7 6	1 1	48 52	225 246
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81,0
Всего за обед			37.38	46.18	190.6	1549.58
2 Полдник						
ТК№458	Ватрушка с повидлом	60/80	3,8/5,1	2,6/3,4	37,8/50,4	190/253
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	0.22	0.04	17.57	69.00
Всего за полдник			7.90	7.39	76.37	401.16
Ужин						
ТК№12	Салат из моркови с зеленым горошком	100	1,9	10,12	6,26	123,76
54-8г-2020	Капуста тушеная	150/200	9.02/10.02	14.07/15.07	47.35/48.35	357.12/369.17
54-6м-2020	Биточки из говядины	100	13,7	13,6	12,2	226,3
Пром.	Хлеб пшеничный + ржаной	50 40	7 3	1 1	48 26	228 123
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.25	0.25	25.55	104.07
	2 ужин Кефир	150/180	4.48/5.59	5.57/6.38	7.98/9.38	115.31/117.31
Всего за ужин			85.39	81.84	172.9	1768.1
Всего за день			178.95	184.26	631.19	5094.95