

Утверждено
директор школы-интернат
В.А. Аршинов

Меню
На «13» сентября 2026

№ техн. карты	Наименование блюда	Вес порции 7-11 лет/ 12 лет и старше	Химический состав			Энергетическая ценность к/кал
			Б	Ж	У	
завтрак						
54-9к-2020	Каша вязкая молочная овсяная	200/250	8.5/9.5	10.4/12.4	48.2/52.2	246.6/358.7
54-1з-2020	Сыр Российский	15/30	5.06/6,08	4.40/5,60	0,8/1,28	73/83
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	2,79	3,19	19,71	118,69
Пром.	Хлеб пшеничный , ржано-пшеничный	50\40	7	1	48	228
Всего за завтрак			24.57	32.19	120.39	866.59
Второй завтрак						
Пром.	Фрукты апельсин	200	1	1	19,6	90
Пром.	Сок вишневый	200	1,37	00	25,09	100,44
Всего за 2-ой завтрак			2,37	1	44,69	190,44
Всего			26.94	33.19	165.08	1057.08
Обед						
54-3с-2020	Рассольник ленинградский	200/250	1.92/2.92	7.86/8.86	13.89/14.89	142/150.96
ТК№31	Салат картофельный с зеленым горошком	100	3,04	5,69	10,76	157,0
ТК№240	Картофель отварной в молоке	150/200	3.68/4.68	7.88/8.88	32.16/34.16	221/239.37
54-10р-2020	Рыба тушеная в томате	100/120	9.43/11,06	6.24/7,46	3.43/4,48	125.32/129,38
54-4хн-2020	Компот из вишни	200	0,4	0,1	18,4	75,8
Пром.	Хлеб пшеничный + ржаной	50/40,	3,5	0,5	24	114
		100/40	3	1	26	123
Всего за обед			26.89	31.03	132.86	910.88
2 Полдник						
ТК №83	Булочка молочная	50/60	23.16/ 25,17	8.01/9,01	30.96/40,96	143,02/147,22
ТК№385	Молоко кипяченое	200	0,52	-	38,40	150,63
Всего за полдник			25,69	9,01	79,36	297,85
Ужин						
54-3м-2020	Голубцы ленивые	250	21,0	19,75	16,0	326,75
ТК№ 26	Салат из свеклы с соленым огурцом	100	1,26	5,04	7,76	126,8
Пром.	Хлеб пшеничный, ржаной	50\40	3,5	0,5	24	114
			6	1	52	245
54-11хн-2020	Компот из брусники	200	0,14	0,04	10,01	37,90
Всего за ужин			38.93	28.56	143.19	990.8
2 ужин						
Пром.	Варенец	150/180	6/7	4.6/5,6	8.4/9,4	121/122
Всего за день			123.15/125.15	105.39/107.39	429.89/529.89	2268.56/3378.56