

Согласовано
Директор МОУ «ТШИ СОО»

Утверждаю
Директор ООО «Полярный Ямал»



Саруханян М.Б.



Бельцева И.М.

« »

2021 г.

« 1 »

2021 г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: воспитанники интерната

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена |
|-------------------------|-------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|--------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | | |
| Завтрак | каша овсяная вареная | 100 | 5,8 | 11,9 | 32,8 | 246 | 184 | 28-05 |
| | булгур с маслом | 50/15 | 3,9 | 12,7 | 25,2 | 230,6 | 1 | 18-64 |
| | чай с сахаром | 100 | 0,1 | 0,0 | 9,3 | 37 | 430 | 5-20 |
| | кисель | 50 | 3,5 | 0,2 | 25,1 | 106,6 | 464 | 5-14 |
| Итого за завтрак | | 515 | 13,3 | 24,0 | 92,4 | 620,2 | | |
| Обед | Суп из овощей с гречкой | 250 | 10,1 | 11,5 | 12,5 | 188,3 | 102 | 55-11 |
| | запеканка картофеля | 250 | 11,6 | 8,7 | 29,7 | 236,9 | 299 | 111-82 |
| | фасоль консервированная | 50 | 0,0 | 0,0 | 5,1 | 20,0 | 2008 | 17 |
| | каштан из яблок | 200 | 0,1 | 0,1 | 11,5 | 47,1 | 394 | 12-57 |
| | кисель | 100 | 4,0 | 0,5 | 50,2 | 213,1 | 464 | 10-28 |
| Итого за обед | | 850 | 28,8 | 20,8 | 109 | 205,4 | | 206 |
| Ужин1 | макаронная еда | 150 | 5,5 | 6,5 | 33,8 | 210,3 | 209 | 12-05 |
| | бисквитное в соусе | 40 | 13,4 | 16,8 | 5,3 | 215,6 | 270 | 98-78 |
| | выпечка овощной | 100 | 1,9 | 5,1 | 10,9 | 97,3 | 51 | 40 |
| | кисель | 200 | 0,1 | 0,0 | 13,9 | 55 | 430 | 5-20 |
| Итого за ужин1 | | 520 | 20,9 | 28,4 | 63,9 | 578,2 | | 15602 |
| Ужин2 | пюре | 115 | 2,3 | 5,8 | 19,6 | 140,3 | | 65 |
| | печенье | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 208,5 | | 15 |
| Итого за ужин2 | | 165 | 6,1 | 10,7 | 56,8 | 348,8 | | 80 |
| Итого за день | | 2050 | 69,1 | 83,9 | 322,1 | 2252,6 | | 499-84 |

Повар-бригадир  Т.А. Шаповал

Медсестра _____ Н.М. Ушакова