



**МЕНЮ**  
**06.09.2022 вторник**

Категория: Дети 7-18 лет (6 разовое)  
Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес блюда (г)
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>537</b>	<b>13,25</b>	<b>18,76</b>	<b>81,20</b>	<b>0,84</b>	
Каша овсяная из 'Геркулеса' жидкая	207	6,33	8,90	25,49	0,30	205
Масло сливочное (порциями)	66	0,10	7,20	0,10	0,28	10
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	81	1,32	1,41	15,76	0,26	200
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>	<b>319</b>	<b>13,03</b>	<b>12,96</b>	<b>37,74</b>	<b>1,00</b>	
Молоко кипяченое	111	5,31	6,06	8,91	0,48	190
Сыр (порциями)	73	4,64	5,90		0,32	20
мед	31	0,08		8,03	0,20	10
батон	104	3,00	1,00	20,80		40
<b>ОБЕД</b>	<b>1 326</b>	<b>44,61</b>	<b>51,24</b>	<b>175,46</b>	<b>56,86</b>	
Икра кабачковая	134	2,29	9,66	9,48	3,42	122
Борщ с капустой и картофелем	133	2,28	7,99	12,97	13,03	300
Шницель из говядины	453	27,40	27,20	24,40	0,18	150
Рис отварной	180	3,11	4,07	32,22	0,16	120
Горошек зеленый	15	1,20	0,10	2,40	0,77	40
Огурец соленый	8	0,55	0,05	1,20	2,50	50
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Кисель из концентрата	116	1,36		29,02		200
Фрукты или ягоды свежие (Яблоки)	104	0,92	0,92	23,92	36,80	230
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>171</b>	<b>5,50</b>	<b>2,20</b>	<b>31,80</b>	<b>4,00</b>	
сок	36	2,00	0,20	5,80	4,00	200
Булочка	135	3,50	2,00	26,00		50
<b>УЖИН</b>	<b>989</b>	<b>38,47</b>	<b>45,22</b>	<b>110,22</b>	<b>41,91</b>	
Винегрет с растительным маслом	112	1,20	9,00	6,70	3,76	100
Рыба, запеченная в омлете	277	25,69	15,99	7,72	0,68	140
Картофель отварной	305	5,23	11,73	45,35	34,65	250
Помидоры соленые	8	0,55	0,05	1,20	2,50	50
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Масло сливочное (порциями)	66	0,10	7,20	0,10	0,28	10
Чай с сахаром	38	0,20		9,30	0,04	200
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>	<b>170</b>	<b>7,06</b>	<b>6,53</b>	<b>20,57</b>	<b>1,30</b>	
Кефир	105	5,18	5,90	7,57	1,30	185
батон	65	1,88	0,63	13,00		25
<b>Итого за день</b>	<b>3 550</b>	<b>122,12</b>	<b>136,91</b>	<b>466,29</b>	<b>105,95</b>	

Диетсестра

Визирякина Т.А.

Шеф повар

Курчина Е.А.

«Утверждаю»

Директор ГБОУ

«Корочанская школа-интернат»

Сухова Нина Дмитриевна


Документов  
«07» сентября 2022г.




**МЕНЮ**

На 07 сентября 2022г.

	МЕНЮ	Выход- вес порций, в граммах		Энергетическая ценность, в Ккал	
		7-18 лет	5-6 лет	7-18 лет	5-6 лет
<b>ЗАВТРАК</b>	Печень говядины по-строгановски	90	40	351,6	151,2
	Каша гречневая рассыпчатая	100	50	175,9	88,0
	Огурец соленый	30	30	4,09	4,09
	Масло сливочное (порциями)	10	4	66	26,4
	Хлеб/батон	50/30	20/10	105/78	42/26
	Кофейный напиток с молоком	200	180	89,3	80,4
<b>2 ЗАВТРАК</b>	Молоко кипяченое	190	200	111,4	117,3
	Батон	40	15	104	39,0
	Яйцо вареное	40	40	62,8	62,8
	Мед	1	1	31,4	31,4
<b>ОБЕД</b>	Салат из моркови с изюмом	120	120	112,6	112,6
	Щи из свежей капусты с картофелем	300	250	129,4	107,8
	Птица отварная, соус молочный	117/50	35/50	405,3	121,3
	Картофель отварной в молоке	245	177	234,6	215,3
	Помидор соленый	50	50	8,0	8,0
	Компот из свежих яблок с лимоном	200	200	104,1	104,1
	Хлеб /батон	50/30	20/15	105/78	42/39
Яблоко	186	196	84	88	
<b>ПОЛДНИК</b>	Компот из сливы	200	200	61	61
	Батон	30	18	78	39
	Конфеты	50	50	50	50
<b>УЖИН</b>	Салат картофельный с зеленым горошком	100	100	157	157
	Вареники ленивые	210	190	351,2	316,1
	Хлеб/батон	50/30	20/10	105/78	42/26
	Масло сливочное	10	4	66	26,4
	Чай с сахаром	200	200	37,68	37,68
<b>ПЕРЕД СНОМ</b>	Кефир	185	200	104,1	112,5
	Батон	25	15	65,0	39

Медсестра:  Визирякина Т.А.

Шеф повар:  Курчина Е.А.




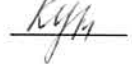
**МЕНЮ**  
**08.09.2022 четверг**

Категория: Дети 7-18 лет (6 разовое)  
Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес блюда (г)
<b>ЗАВТРАК</b>	552	13,12	17,91	86,80	0,84	
Каша манная молочная жидкая	222	6,20	8,05	31,09	0,30	205
Масло сливочное (порциями)	66	0,10	7,20	0,10	0,28	10
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	81	1,32	1,41	15,76	0,26	200
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>	376	13,03	11,59	54,94	1,24	
Какао с молоком (2-й вариант)	142	4,56	4,44	20,91	0,68	200
Сыр (порциями)	73	4,64	5,90		0,32	20
мед	31	0,08		8,03	0,20	10
батон	130	3,75	1,25	26,00		50
<b>ОБЕД</b>	1 192	37,14	38,41	179,16	55,33	
Икра свекольная	119	2,30	7,10	11,40	6,89	100
Рассольник ленинградский	194	7,11	9,36	20,40	8,30	300
Тефтели рыбные	182	13,43	8,22	13,74	2,22	150
Картофельное пюре	310	6,18	11,72	45,04	12,38	290
Помидоры соленые	8	0,55	0,05	1,20	2,50	50
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Кисель из концентрата	116	1,36		29,02		200
Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	80	0,71	0,71	18,51	23,04	178
соль						8
<b>ПОЛДНИК</b>	196	3,66	2,00	40,99	3,60	
Компот из сливы	61	0,16		14,99	3,60	200
Булочка	135	3,50	2,00	26,00		50
<b>УЖИН</b>	851	40,07	47,90	66,67	32,04	
Омлет натуральный	222	11,64	18,04	3,04	0,38	130
Капуста, тушенная с мясом	347	22,10	22,80	13,20	28,90	200
Огурец соленый	8	0,55	0,05	1,20	2,50	50
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Масло сливочное (порциями)	53	0,08	5,76	0,08	0,22	8
Чай с сахаром	38	0,20		9,30	0,04	200
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>	170	7,06	6,53	20,57	1,30	
Кефир	105	5,18	5,90	7,57	1,30	185
батон	65	1,88	0,63	13,00		25
<b>Итого за день</b>	<b>3 375</b>	<b>114,28</b>	<b>124,34</b>	<b>458,43</b>	<b>94,35</b>	

Диетсестра

Шеф повар

Визирякина Т.А.

Курчина Е.А.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ "Корочанская школа-интернат"  
Н.Д. Сухова

**МЕНЮ**  
**10.09.2022 суббота**



Категория: Дети 7-18 лет (6 разовое)  
Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес блюда (г)
<b>ЗАВТРАК</b>	796	27,23	30,25	105,92	1,12	
Масло сливочное (порциями)	66	0,10	7,20	0,10	0,28	10
Крупеник из гречневой крупы	466	20,31	20,39	50,21	0,58	205
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	81	1,32	1,41	15,76	0,26	200
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>	376	13,03	11,59	54,94	1,20	
Сыр (порциями)	73	4,64	5,90		0,32	20
мед	31	0,08		8,03	0,20	10
батон	130	3,75	1,25	26,00		50
Какао с молоком (2-й вариант)	142	4,56	4,44	20,91	0,68	200
<b>ОБЕД</b>	974	44,78	24,25	148,81	38,98	
Винегрет с растительным маслом	112	1,20	9,00	6,70	3,76	100
Суп картофельный с клецками	141	6,93	5,01	17,10	5,52	300
Плов с курицей	315	27,30	8,10	33,20	2,36	200
Горошек зеленый	15	1,20	0,10	2,40	0,77	40
Помидоры соленые	8	0,55	0,05	1,20	2,50	50
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Кисель из концентрата	116	1,36		29,02		200
Фрукты или ягоды свежие (Яблоки)	84	0,74	0,74	19,34	24,07	186
<b>ПОЛДНИК</b>	196	3,66	2,00	40,99	3,60	
Компот из сливы	61	0,16		14,99	3,60	200
Булочка	135	3,50	2,00	26,00		50
<b>УЖИН</b>	927	34,58	40,33	108,80	85,77	
Салат из белокочанной капусты	114	2,00	8,10	8,40	46,50	80
Рыба, припущенная в молоке	213	21,00	12,00	4,60	1,80	160
Картофель отварной	305	5,23	11,73	45,35	34,65	250
Огурец соленый	8	0,55	0,05	1,20	2,50	50
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Масло сливочное (порциями)	66	0,10	7,20	0,10	0,28	10
Чай с сахаром	38	0,20		9,30	0,04	200
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>	170	7,06	6,53	20,57	1,30	
Кефир	105	5,18	5,90	7,57	1,30	185
батон	65	1,88	0,63	13,00		25
<b>Итого за день</b>	<b>3 439</b>	<b>130,34</b>	<b>114,95</b>	<b>480,03</b>	<b>131,97</b>	

Диетсестра

Визирякина Т.А.

Шеф повар

Курчина Е.А.



**МЕНЮ**  
**11.09.2022 воскресенье**

Категория: Дети 7-18 лет (6 разовое)  
Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес блюда (г)
<b>ЗАВТРАК</b>	516	13,10	17,44	78,99	0,99	
Суп молочный с крупой	186	6,18	7,58	23,28	0,45	250
Масло сливочное (порциями)	66	0,10	7,20	0,10	0,28	10
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	81	1,32	1,41	15,76	0,26	200
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>	335	14,22	11,91	43,22	0,68	
Молоко кипяченое	111	5,31	6,06	8,91	0,48	190
мед	31	0,08		8,03	0,20	10
батон	130	3,75	1,25	26,00		50
Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		40
<b>ОБЕД</b>	1 225	37,02	52,32	154,57	58,84	
Салат из моркови с яблоком	124	0,90	10,20	7,20	6,05	100
Борщ с капустой и картофелем	133	2,28	7,99	12,97	13,03	300
Гуляш из говядины	284	20,40	20,40	4,70	1,70	120
Картофельное пюре	310	6,18	11,72	45,04	12,38	290
Помидоры соленые	8	0,55	0,05	1,20	2,50	50
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Компот из смеси сухофруктов	103	0,50		25,10	0,14	180
Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	80	0,71	0,71	18,51	23,04	178
<b>ПОЛДНИК</b>	165	3,69	5,19	25,73	3,60	
Компот из вишни	61	0,16		14,99	3,60	200
Печенье	104	3,53	5,19	10,74		50
<b>УЖИН</b>	1 312	35,80	38,00	208,11	5,33	
Оладьи с повидлом	662	14,03	12,95	122,09	0,55	260
Тефтели из говядины в молочном соусе	218	12,85	14,60	8,74	1,89	100
Каша ячневая рассыпчатая	150	2,59	3,39	26,85	0,13	100
Огурец соленый	8	0,55	0,05	1,20	2,50	50
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Масло сливочное (порциями)	53	0,08	5,76	0,08	0,22	8
Чай с сахаром	38	0,20		9,30	0,04	200
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>	170	7,06	6,53	20,57	1,30	
Кефир	105	5,18	5,90	7,57	1,30	185
батон	65	1,88	0,63	13,00		25
<b>Итого за день</b>	<b>3 723</b>	<b>110,89</b>	<b>131,39</b>	<b>531,19</b>	<b>70,74</b>	

Диетсестра

Шеф повар


Визирякина Т.А.

Курчина Е.А.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ "Корочанская школа-интернат"

И.Д. Сухова

МЕНЮ

12.09.2022 понедельник

Категория: Дети 7-18 лет (6 разовое)

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес блюда (г)
<b>ЗАВТРАК</b>	557	12,96	17,13	90,00	0,83	
Каша пшеничная молочная жидкая	227	6,04	7,27	34,29	0,29	205
Масло сливочное (порциями)	66	0,10	7,20	0,10	0,28	10
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	81	1,32	1,41	15,76	0,26	200
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>	388	12,48	11,34	59,04	1,24	
Сыр (порциями)	73	4,64	5,90		0,32	20
мед	31	0,08		8,03	0,20	10
батон	104	3,00	1,00	20,80		40
Чай с сахаром	38	0,20		9,30	0,04	200
Какао с молоком (2-й вариант)	142	4,56	4,44	20,91	0,68	200
<b>ОБЕД</b>	1 102	38,06	37,54	156,07	46,05	
Помидоры соленые	8	0,55	0,05	1,20	2,50	50
Суп картофельный с макаронными изделиями	149	3,40	3,43	26,11	6,11	300
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Салат картофельный с зеленым горошком	157	3,04	11,38	10,76	11,20	100
соль						8
Плов из отварной говядины	418	24,33	20,69	33,71	2,03	200
Компот из смеси сухофруктов	103	0,50		25,10	0,14	180
Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	84	0,74	0,74	19,34	24,07	186
<b>ПОЛДНИК</b>	196	3,66	2,00	40,99	3,60	
Булочка	135	3,50	2,00	26,00		50
Компот из сливы	61	0,16		14,99	3,60	200
<b>УЖИН</b>	1 218	61,07	65,43	97,96	25,64	
Икра свекольная	119	2,30	7,10	11,40	6,89	100
Сельдь	367	31,24	26,95			83
Птица отварная	202	15,18	15,18	0,81	1,33	100
Картофель отварной в молоке	235	6,00	7,70	35,30	14,60	245
Огурец соленый	8	0,55	0,05	1,20	2,50	50
Масло сливочное (порциями)	66	0,10	7,20	0,10	0,28	10
хлеб ржано-пшеничный	105	3,25	0,50	24,25		50
батон	78	2,25	0,75	15,60		30
Чай с сахаром	38	0,20		9,30	0,04	200
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>	170	7,06	6,53	20,57	1,30	
батон	65	1,88	0,63	13,00		25
Кефир	105	5,18	5,90	7,57	1,30	185
<b>Итого за день</b>	<b>3 631</b>	<b>135,29</b>	<b>139,97</b>	<b>464,63</b>	<b>78,66</b>	

Диетсестра

Шеф повар

*Т.А. Визирякина*  
*Е.А. Курчина*

Визирякина Т.А.

Курчина Е.А.