

УТВЕРЖДЕНО

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 31
Ф.И.О.

ГКОУ интернат № 31(11М) Молдагул 6А

Генеральный директор
ООО "Продсоюз"
Сунгуриян А.А.



МЕНЮ

Питание за счет средств бюджета
4 марта 2020 г.

Завтрак (1-4 кл) 82-69						82,69 р.
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
18,6 15	19,59	2,475	260,685	150	Омлет смешанный с ветчиной Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Ветчина детская, Масло сливочное	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло сливочное шт Масло коровье сладкосливочное несоленое	
3,9	3,84	23,66	144,43	200	Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок Кофейный напиток из цикория с молоком	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб пшеничный в нарезке Хлеб из муки пшеничной	
Завтрак 2 (1-4 кл) 25-43						25,43 р.
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
3	3,2	16,9	108,8	200	Повидло (джем) вишня, Молоко Напиток молочный	
3,08	2,055	18,735	105,6	50	Ватрушка с джемом	
Обед (1-4 кл) 140-84						140,84 р.
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
0,81 6	4,854	4,59	65,352	60	Свекла очищенная, Лимонная кислота, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное Салат из свеклы с солеными огурцами	
2,02	6,36	12,4	114,74	200	Макаронные изделия (Вермишель яичная), Лук репчатый очищенный, Морковь очищенная, Масло растительное, Соль Суп с лапшой	
9,58 4	8,04	1,28	107,504	80	Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Соль Гуляш из мяса птицы	
2,96 4	3,396	32,784	166,788	120	Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль Рис отварной	
	0,04	16,82	67,44	200	Клубника б/з, Сахар-песок Напиток клубничный	
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб пшеничный в нарезке Хлеб из муки пшеничной	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке Хлеб ржано-пшеничный	
Полдник (1-4 кл) 58-45						58,45 р.
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
3,4	9,745	28,025	213,235	50	Кекс с цукатами	
6	6,4	9,4	120	200	Молоко	
Ужин 1 (1-4) кл 98-01						98,01
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
14,9	14,92	12,85	245,07	100	Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Масло растительное Котлеты рубленые из мяса (говядина)	
2,07 6	6,18	14,028	119,844	120	Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста Рагу из овощей	
0,62	0,06	38,24	154,66	200	Сок мультифрукт, Крахмал картофельный, Сахар-песок Кисель фруктовый (ягодный) в ассортименте	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло сливочное шт Масло коровье сладкосливочное несоленое	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб пшеничный в нарезке Хлеб из муки пшеничной	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке Хлеб ржано-пшеничный	

					Завтрак 1 (5-11 кл) 89-16	89,16 р.
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
22,3 38	23,508	2,97	312,822	180	Омлет смешанный с ветчиной	
					Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Ветчина детская, Масло сливочное	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое	
					Масло сливочное шт	
3,9	3,84	23,66	144,43	200	Кофейный напиток из цикория с молоком	
					Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной	
					Хлеб пшеничный в нарезке	


					Завтрак 2 (5-11 кл) 25-43	25,43 р.
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
3	3,2	16,9	108,8	200	Напиток молочный	
					Повидло (джем) вишня, Молоко	
3,08	2,055	18,735	105,6	50	Ватрушка с джемом	

					Обед (5-11кл) (1 комплекс) 167-52	167,52 р.
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
1,36	8,09	7,65	108,92	100	Салат из свеклы с солеными огурцами	
					Свекла очищенная, Лимонная кислота, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное	
2,52 5	7,95	15,5	143,425	250	Суп с лапшой	
					Макаронные изделия (Вермишель яичная), Лук репчатый очищенный, Морковь очищенная, Масло растительное, Соль	
11,9 8	10,05	1,6	134,38	100	Гуляш из мяса птицы	
					Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Соль	
3,70 5	4,245	40,98	208,485	150	Рис отварной	
					Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль	
	0,04	16,82	67,44	200	Напиток клубничный	
					Клубника б/з, Сахар-песок	
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб из муки пшеничной	
					Хлеб пшеничный в нарезке	
2,24	0,44	19,76	92,8	40	Хлеб ржано-пшеничный	
					Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

					Полдник (5-11 кл) 59-25	59,25 р.
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
3,4	9,745	28,025	213,235	50	Кекс с цукатами	
6	6,4	9,4	120	200	Молоко	
					Молоко	

					Ужин 1 (5-11) кл 114-62	114,62 р.
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
14,9	14,92	12,85	245,07	100	Котлеты рубленые из мяса (говядина)	
					Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Масло растительное	
2,59 5	7,725	17,535	149,805	150	Рагу из овощей	
					Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Мука пшеничная, Сахар-песок, Чеснок свежий очищенный п/ф, Соль, Морковь очищенная	
0,62	0,06	38,24	154,66	200	Кисель фруктовый(ягодный) в ассортименте	
					Сок мультифрукт, Крахмал картофельный, Сахар-песок	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое	
					Масло сливочное шт	
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб из муки пшеничной	
					Хлеб пшеничный в нарезке	
2,24	0,44	19,76	92,8	40	Хлеб ржано-пшеничный	
					Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Главный технолог



Зав. производством

