

ГКОУ КК школа- интернат ст-цы Костромской

МЕНЮ

22 апреля 2025г

Школа-интернат (12 лет и старше)

Завтрак-вторник-2неделя

№рец	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Угл	ЭЦккал
139	Яйцо отварное	40	16-22	5,08	4,60	0,28	74,15
53	Суп молоч с макар. изд	250	23-40	10,56	16,71	24,54	139,26
300	Чай с сахаром	200	1-14	0,2	0,0	14,0	56,0
573	Хлеб пшеничный	60	4-26	5,22	6,27	27,15	186
	Масло сливочное	10	11-27	0,1	3,84	0,1	66,0
	Итого	560	56-29	21,06	27,58	65,97	455,41

Обед

63	Щи из св.капусты	250	17-44	2,61	7,91	13,3	134,79
172	Рыба тушеная с овощами	140	55-33	7,44	8,03	7,51	137,39
222	Каша пшенная рассыпчатая	180	8-06	7,35	7,7	46,96	289,39
293	Сок фруктовый	200	12-40	1,0	0,0	20,2	92,0
274	Хлеб пшеничный	90	6-39	6,48	0,86	24,62	203,4
573	Хлеб ржаной	60	5-70	3,96	0,72	21,6	128,4
	Итого	980	105,31	28,24	25,22	134,19	985,37

Полдник

293	Кисель фруктовый	200	5-94	1,36	0	29,05	116,19
582	Сырники творожные	210	140-29	24	14	45	334
408	Сметанный соус	30	2-54	0,74	4,67	1,21	49,85
	Итого	440	148-77	26,1	18,67	75,26	500,04

Ужин

127	Плов с сухофруктами	200	20-40	4,33	12,26	61,23	314,1
283	Компот из св. яблок	200	3-38	0,2	0	14,99	60,64
573	Хлеб пшеничный	50	3-55	3,6	0,45	24,85	113,0
574	Хлеб ржаной	60	5-70	3,96	0,72	21,6	128,4
574	Яблоко	180	12-86	0,6	0,07	12,15	81,0
	Итого	690	45-89	12,65	13,5	134,82	697,14

2Ужин

272	Ряженка	200	24-05	5,8	5,0	8,4	108
	Итого	200	24-05	5,8	5,0	8,4	108

Директор



Михайлова И.Ю.