

ГКОУ КК школа- интернат ст-цы Костромской

МЕНЮ

05 апреля

Школа-интернат

Завтрак

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод	ЭЦккал
Икра кабачковая	70	5-26	1,52	7,12	6,16	95,2
Омлет натуральный	150	21-48	11,64	18,04	3,04	221,08
Кофейный напиток	200	11-68	2,79	3,19	19,71	118,69
Хлеб пшс сливочным маслом	60/50/10	3-12	5,22	6,27	27,15	186,0
Сыр	20	12-42	6,96	8,85	0,0	109,2
Итого	530/470	59-22	26,74	43,47	53,7	700,8

Обед

Суп картоф с макаризд	250/200	17-39	2,83	2,86	21,76	124,09
Печень гов по-строгановски	120/100	50-10	13,4	6,94	4,26	145,81
Огурцы соленые	100	3-55	0,51	3,05	1,99	8,4
Каша пшениная рассыпчатая	180/150	4-87	7,88	7,7	46,96	289,39
Сок фруктовый	200	12-99	2,0	0,2	5,8	36,0
Хлеб пшеничный	90/50	4-68	4,75	0,86	24,62	203,4
Хлеб ржаной	60/40	3-90	0,72	0,07	12,15	81,0
Яблоко	180	11-80	0,6	0,07	12,15	81,0
Итого	1160	109-36	35,77	18,43	140,03	1016,12

Полдник

Ватрушка с повидлом	80	6-81	8,28	9,72	65,84	219,07
Компот из св яблок	200	3-28	0,16	0,0	14,99	60,64
Итого	280	10-09	8,44	9,72	80,83	279,71

Ужин

Каша рисовая молочная	250	15-87	6,4	8,27	45,76	262,66
Салат из моркови	100	3-50	1.19	6.07	8.93	62.57
Чай	200	0-98	0,2	0,0	14,0	56,0
Хлеб пшеничный	50	2-60	3,8	0,45	24,85	113,0
Хлеб ржаной	60/40	3-90	3,96	0,72	21,6	128,40
Итого	660	28-48	14,19	15,54	101,25	611,75

2Ужин

Ряженка	150/180	18-30	5,8	5,0	8,4	108,0
Итого	330	1830	5,8	5,0	8,4	108,0

Директор

И.Ю.Михайлова

