|  |  |
| --- | --- |
|  |  Утверждаю: Директор ГОКУ «СКШИ г. Черемхово»   Морозова Н.В. |

**Меню на 13.03.2023г с 12-18 лет.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **п/№** |  **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Энергетическая ценность** |
|  | **Завтрак**  |  |  |
| **1** | **Каша вязкая молочная пшенная** | **200,0** | **292,1** |
| **2** | **Зеленый горошек** | **110,0** | **38,5** |
| **3** | **Повидло яблочное** | **30,0** | **78,81** |
| **4** | **Мандарин**  | **100,0** | **37,6** |
| **5** | **Чай черный без сахара** | **200,0** | **1,0** |
| **6** | **Хлеб пшеничный** | **70,0** | **156,8** |
| **7** | **Хлеб ржаной** | **40,0** | **79,2** |
| **10:00** | **Молоко (1-4 классы)** | **200,0** | **118,4** |
|  |  **Обед** |  |  |
| **1** | **Борщ с капустой и картофелем со сметаной** | **250,0** | **115,43** |
| **2** | **Картофельное пюре** | **180,0** | **165,6** |
| **3** | **Тефтели из говядины паровые** | **120,0** | **212,27** |
| **4** | **Винегрет с растительным маслом** | **100,0** | **114,7** |
| **5** | **Кисель из апельсинов** | **180,0** | **54,0** |
| **6** | **Хлеб пшеничный** | **90,0** | **201,6** |
| **7** | **Хлеб ржаной** | **20,0** | **39,6** |
|  | **Полдник** |  |  |
| **1** | **Сок фруктово-ягодный** | **200,0** | **103,0** |
| **2** | **Банан**  | **100,0** | **93,23** |
| **3** | **Сырники**  | **100,0** | **229,2** |
|  | **Ужин** |  |  |
| **1** | **Голубцы с мясом и рисом, с сметанным соусом** | **146/77** | **240,0** |
| **2** | **Помидор в нарезке** | **120,0** | **23,0** |
| **3** | **Кофейный напиток с молоком** | **180,0** | **71,1** |
| **4** | **Хлеб пшеничный** | **40,0** | **89,6** |
| **5** | **Хлеб ржаной** | **60,0** | **118,8** |
|  |  **2 Ужин** |  |  |
| **1** | **Йогурт 2/5%** | **240,0** | **139,44** |

 **Медсестра\_\_\_\_\_\_\_\_ Горшкова Е.Ю.**