

ГОВУСОН

«МОНЧЕГОРСКИЙ ДОМ-ИНТЕРНАТ»

Утверждаю

Директор

Меню 10 июля 2026г.

Детское отделение

Завтрак :	Каша рисовая молочная жидкая300,0/10,0	348,02
	Хлеб ржаной 60,0	123,6
	Кофейный напиток с молоком (вар.1) 200,0	123,10
	Хлеб пшеничный (батон нарезной)60,0	155,4
	Масло сливочное 10,0	66,1
	Сыр порциями 27,0	92,61
Всего завтрак:		908,83 ккал
Обед:	Суп картофельный с крупой 400,0	307,99
	Биточки рыбные 90,0 (алл – биточки мясные) 70,0	217,73
	Картофель отварной в молоке 250,0	299,19
	Салат из свежих помидор 75,0	67,47
	Сок яблочный 200,0	92,0
	Хлеб ржаной, хлеб отрубной 70,0/60,0	144,2/149,4
Всего обед:		1277,97 ккал
Полдник:	Запеканка из творога с джемом 150,0/10,0	337,49
	Напиток из шиповника 200,0	132,6
	Фрукты 96,0	92,16
Всего полдник:		562,2 ккал
Ужин:	Запеканка из свежих овощей, птица отварная 250,0/70,0	403,01
	Соус томатный 50,0	79,3
	Салат «Школьный» со свеж. зеленью и огурцом 80,0	34,02
	Кисель из свежеморож. ягод 200,0	123,37
	Хлеб ржаной 20,0	141,2
	Хлеб пшеничный(батон нарезной) 20,0	51,8
Всего ужин:		732,7 ккал
2 ужин:	Кисломолочный продукт 200,0; Хлеб пшеничный (батон нарезной) 30,0	100,0/77,7
Всего 2-й ужин:		177,7 ккал
ИТОГО за день		3659,44 ккал