

Утверждаю  
Директор ГБОУ «Санаторной  
школы - интерната № 3 г.о. Жигулёвск»  
\_\_\_\_\_А.В. Телегин

Меню на «14» октября 2025 г.

| № рец. | Прием пищи<br>наименование блюд                     | Вес<br>готового<br>блюда | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Пищевые вещества(г) |              |              |
|--------|-----------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------|---------------------|--------------|--------------|
|        |                                                     |                          |                                   | Б                   | Ж            | У            |
|        | <b>ЗАВТРАК</b>                                      |                          |                                   |                     |              |              |
| 297    | Запеканка из творога со сгущённым молоком           | 150/10                   | 434,59                            | 28,59               | 20,51        | 32,45        |
|        | Фрукт                                               | 200                      | 57,60                             | 1,00                | 0,30         | 10,85        |
| 1      | Хлеб с маслом                                       | 50/10                    | 192,3                             | 4                   | 8,75         | 24,23        |
| 377    | Чай с сахаром и лимоном                             | 200                      | 64,84                             | 0,37                | 0,08         | 15,31        |
|        | <b>Итого :</b>                                      |                          | <b>749,33</b>                     | <b>33,96</b>        | <b>29,64</b> | <b>82,84</b> |
|        | <b>%</b>                                            |                          |                                   |                     |              |              |
|        | <b>ОБЕД</b>                                         |                          |                                   |                     |              |              |
| 30     | Салат из свеклы и чеснока                           | 100                      | 88,00                             | 2,0                 | 5,0          | 9,0          |
| 88     | Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной | 250/15/5                 | 147,00                            | 6,00                | 9,00         | 9,0          |
| 289    | Рагу из курицы                                      | 295                      | 435,00                            | 23,00               | 26,00        | 28,00        |
|        | Сок                                                 | 200                      | 92,0                              | 1,00                | 0,20         | 20,20        |
|        | Хлеб ржаной                                         | 50                       | 105,00                            | 3,00                | 0,00         | 22,00        |
|        | Хлеб пшеничный                                      | 50                       | 118,00                            | 4,00                | 1,00         | 24,0         |
|        | <b>Итого :</b>                                      |                          | <b>985,00</b>                     | <b>39,00</b>        | <b>41,2</b>  | <b>112,2</b> |

Продукты не содержат ГМО

Медицинская сестра Ревич В.И.