

Утверждаю

Директор ГБОУ «Санаторной
школы - интерната № 3 г.о. Жигулёвск»

_____ А.В. Телегин

Меню на «10» марта 2026 г.

| № рец. | Прием пищи наименование блюд | Вес готового блюда | Энергетическая ценность (ккал) | Пищевые вещества(г) | | |
|--------|-----------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------|---------------------|--------------|--------------|
| | | | | Б | Ж | У |
| | ЗАВТРАК | | | | | |
| 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 |
| | Итого : | | 749,33 | 33,96 | 29,64 | 82,84 |
| | % | | | | | |
| | ОБЕД | | | | | |
| 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 |
| | Итого : | | 985,00 | 39,00 | 41,2 | 112,2 |

Продукты не содержат ГМО

Медицинская сестра Зимина В.Г.