

Утверждаю
 Директор
 ОБОУ "Лицей-интернат №1"
 г. Курска



Ильюта В.Я.

День 2 7.02.2025г.

Школа ОБОУ "Лицей - интернат №1" г. Курска

7-11

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо	Каша геркулесовая молочная	205	160,7	3,9	8,2	17,5
	Гор. напиток	Чай с сахаром	200	61,3	0,2	0,1	15
	Хлеб	Хлеб пшеничный	100	37,4	6,1	0,7	37,4
		Сыр твердый	10	37	2,3	3	0
		Масло сливочное	15	75	0,1	8,2	0,1
Обед	Закуска	Икра кабачковая	60	66	1,1	4,7	4,6
	1 блюдо	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10	64,3	2,3	3,7	7
	2 блюдо	Плов	150	206	13	7	22,6
	Сладкое	Компот из смеси сухофруктов	200	103,2	0,6	0	25,2
	Хлеб	Хлеб ржаной	50	71	2,8	0,5	14,6
Полдник		Кефир	200	106	5,8	5	8
		Булочка	100	197	3,8	6,6	34,5
Ужин		Картофельное пюре	150	123,3	2,7	4,7	17,5
		Рыба тушеная в томате с овощами	90	164,7	9,3	12,1	4
		Чай с сахаром	200	61,3	0,2	0,1	15
		Хлеб пшеничный	80	170,9	6,1	0,7	37,4
		Масло сливочное	15	112,5	0,1	12,3	0,1
		Хлеб ржаной	30	49,6	2	0,4	10,3
Ужин-2		Йогурт	100	87	5	3,2	8,5
		Печенье	30	125,1	2,3	3	22,3
		Яблоко	200	88	0,8	0,8	19,6
Всего							

Школа ОБОУ "Лицей - интернат №1" г. Курска

12-18

День 2

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо	Каша геркулесовая молочная	230	160,7	3,9	8,2	17,5
	Гор. напиток	Чай с сахаром	200	61,3	0,2	0,1	15
	Хлеб	Хлеб пшеничный	100	213,6	7,6	0,9	46,7
		Сыр твердый	10	37	2,3	3	0
		Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1
Обед	Закуска	Икра кабачковая	100	88	1,4	6,3	6,1
	1 блюдо	Борщ из свежей капусты со сметаной	300/10	77,2	2,7	4,4	8,4
	2 блюдо	Плов	200	274,4	17,3	9,4	30,4
	Сладкое	Компот из смеси сухофруктов	200	103,2	0,6	0	25,2
	Хлеб	Хлеб ржаной	70	99,2	3,9	0,7	20,5
Полдник		Кефир	200	106	5,8	5	8
		Булочка	150	197	3,8	6,6	34,5
Ужин		Картофельное пюре	180	148	3,2	5,6	21
		Рыба тушеная в томате с овощами	100	183	10,3	13,4	4,4
		Чай с сахаром	200	61,3	0,2	0,1	15
		Хлеб пшеничный	100	213,6	7,6	0,9	46,7
		Масло сливочное	15	112,5	0,1	12,3	0,1
		Хлеб ржаной	50	70,8	2,8	0,5	14,6
Ужин-2		Йогурт	100	87	5	3,2	8,5
		Печенье	30	125,1	2,3	3	22,3
		Яблоко	200	88	0,8	0,8	19,6
Всего							

Заведующий производством ОБОУ
 "Лицей-интернат №1" г. Курска
 Медицинская сестра ОБОУ "Лицей-
 интернат №1" г. Курска

Handwritten signature

Кобина Э.И.

Мельникова Е.В.