




**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор ГОУ ЯО «Ярославская школа-интернат № 8 имени Э.Н. Макшанцевой»  
Сибриков А.В.

## МЕНЮ

06.02.2023

№	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
<b>завтрак</b>						
1	масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	75,0
2	сыр	15	3,4	4,3		53,0
3	яйцо варёное	40	4,9	4,5	0,3	60,7
4	каша рисовая молочная	200	5,5	4,7	21,0	149,0
5	кофейный напиток на молоке	200	4,7	4,7	24,4	159,1
6	Хлеб белый	85	6,8	0,9	41,7	202,3
<b>обед</b>						
1	суп картофельный с мясом	250	7,8	7,6	19,3	177,0
2	тефтели мясные	100	12,8	15,7	24,7	289,9
3	капуста тушёная	150	3,7	5,1	15,9	126,2
4	компот	200	0,1	0,1	21,2	86,3
5	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102
<b>полдник (интернат и гпд)</b>						
1	ватрушка с повидлом	50	4,0	2,4	32,0	164,9
2	чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,7	62,9
<b>ужин (интернат)</b>						
1	масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	75,0
2	рыба запечённая	100	18,9	7,0	4,1	154,8
3	картофельное пюре	200	3,4	5,4	19,7	141,1
4	чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,7	62,9
5	хлеб белый	100	8,0	1,0	49,1	238,0
6	снежок	200	5,4	0,2	7,2	55,8

Медсестра для организации питания  Беляева М.О.

Шеф-повар  Комыгина Г.В.