

Белоусова
Татьяна
Яковлевна

Подписано цифровой подписью:
Белоусова Татьяна Яковлевна
DN: cn=Белоусова Татьяна
Яковлевна, o=ГКОУ РО
Волгодонская Специальная
Школа-Интернат "Восхождение",
ou, email=voshkola@mail.ru, c=RU
Дата: 2026.01.13 07:16:00 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
12.01.2026г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Дети с 7-11 лет

12.01.2026г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54,6	15
	Омлет натуральный ,	106	10,70	11,94	1,90	157,94	210
	Кукуруза отварная (консерв.)	92	2,02	0,37	10,30	53,36	133
	Кофейный напиток с молоком ,	200	3,58	4,12	22,96	143,6	380
	Хлеб пшеничный в/с	37	2,92	0,37	17,87	79,03	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		460	22,78	28,47	53,16	554,63	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,5	338
	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		275	3,72	3,72	28,45	168	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми с птицей	250/25	10,00	9,78	16,63	196,77	102
	Рыба, тушенная в томате с овощами	200	15,92	8,36	9,46	212,16	229
	Пюре картофельное	150	3,09	4,80	20,40	137,25	312
	Салат из квашеной капусты	86	1,38	4,39	7,09	74,5	47
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	80	6,32	0,80	38,64	170,88	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		986	39,48	28,61	129,59	953,79	
ПОЛДНИК	Пирожки печеные из дрожжевого теста сдобные с повидлом	50	2,75	2,49	29,61	152	406
	Яблоки печеные(без сахара)	50	0,22	0,22	5,41	25,94	372
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	3,97	2,91	55,22	269,94
УЖИН	Котлеты из говядины	100	16,42	16,94	14,18	278	268
	Каша пшеничная вязкая со слив, маслом	150/5	4,80	4,04	26,54	154,89	257
	Капуста свежая тушенная	75	1,53	2,76	5,92	57,75	139
	Чай с лимоном,	200	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	1
ИТОГО ЗА УЖИН		565	25,73	24,22	73,64	616,6	
УЖИН 2	Молоко питьевое пастер,	200	5,80	5,00	9,60	108	385
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	5,80	5,00	9,60	108	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2786	101,48	92,93	349,66	2670,96	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2786	101,48	92,93	349,66	2670,96	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2786	101,48	92,93	349,66	2670,96	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.