

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: 2026.01.22 07:26:21 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат
Белоусова Т.Я.
21.01.2026г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Дети с 7-11 лет

21.01.2026г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
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
	Каша жидкая молочная кукурузная со слив,маслом	200/10	6,30	10,22	39,32	274,04	182
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		475	14,01	22,39	73,62	541,36	
ЗАВТРАК 2	Бананы свеж,	197	2,96	0,98	41,37	189,12	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		397	3,96	1,18	61,57	281,12	
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	250	5,48	6,10	28,05	189,05	108
	Бифштекс рубленый	90	22,39	23,22	0,40	300,01	266
	Рагу из овощей	150	2,57	7,21	15,77	138,99	143
	Овощи натуральные соленые (помидоры)	75	0,83	0,08	1,20	9,75	70
	Компот из изюма	180	0,52	0,11	25,36	98,69	348
	Хлеб пшеничный в/с	63	4,98	0,63	30,43	134,57	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		848	39,49	37,83	118,01	955,06	
ПОЛДНИК	Котлета,запечённая в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420
	Яблоки печеные(без сахара)	50	0,27	0,26	6,76	27	372
	Какао с молоком	180	3,65	3,19	6,82	70,74	382
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	15,91	13,86	46,75	371,74	
УЖИН	Сельдь (филе)	92	16,10	1,84	0,00	80,96	38
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209
	Пюре картофельное	150	3,09	4,80	20,40	137,25	312
	Икра свекольная	75	1,40	5,70	8,45	90,89	75
	Кисель из яблок,	180	0,11	0,09	7,96	33,7	352
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,20	9,66	42,72	---
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	1
ИТОГО ЗА УЖИН		597	30,08	17,71	63,55	532,32	
УЖИН 2	Кисломолочный напиток "Снежок"	190	5,70	4,75	19,00	142,5	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		190	5,70	4,75	19,00	142,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2837	109,15	97,72	382,50	2824,1	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2837	109,15	97,72	382,50	2824,1	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2837	109,15	97,72	382,50	2824,1	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.