

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: 2026.03.05 13:50:00 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат  
  
Белоусова Т.Я.  
06.03.2026г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше

06.03.2026г

| Прием<br>пищи               | Наименование блюда                               | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|--------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|----------------|
|                             |                                                  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |                |
| День 12                     |                                                  |           |                  |       |          |                            |                |
| ЗАВТРАК                     | Масло (порциями)                                 | 15        | 0,12             | 10,88 | 0,19     | 99,15                      | 14             |
|                             | Сыр (порциями)                                   | 20        | 4,64             | 5,90  | 0,00     | 72,8                       | 15             |
|                             | Каша жидкая молочная ячневая со<br>слив,маслом   | 250/10    | 9,20             | 11,10 | 49,57    | 334,17                     | 182            |
|                             | Какао с молоком сгущенным                        | 200       | 3,66             | 2,60  | 25,08    | 138,4                      | 383            |
|                             | Хлеб пшеничный в/с                               | 70        | 5,53             | 0,70  | 33,81    | 149,52                     | 1              |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК            |                                                  | 555       | 23,15            | 31,18 | 108,65   | 794,04                     |                |
| ЗАВТРАК 2                   | Бананы свеж,                                     | 160       | 2,40             | 0,80  | 33,60    | 153,6                      | 338            |
|                             | Сок фруктовый                                    | 200       | 1,00             | 0,20  | 20,20    | 92                         | 389            |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2          |                                                  | 360       | 3,40             | 1,00  | 53,80    | 245,6                      |                |
| ОБЕД                        | Борщ со св, капустой и картофелем со<br>сметаной | 300/10    | 2,91             | 7,74  | 17,97    | 153,27                     | 82             |
|                             | Тефтели 1-й вариант                              | 110       | 13,29            | 11,94 | 13,22    | 214,41                     | 278            |
|                             | Соус красный основной                            | 75        | 0,65             | 1,56  | 3,73     | 31,69                      | 528            |
|                             | Макаронные изделия отварные со<br>слив,маслом    | 180       | 6,62             | 5,42  | 31,73    | 202,14                     | 309            |
|                             | Овощи натуральные соленые (огурцы)               | 97        | 0,78             | 0,10  | 1,65     | 12,61                      | 70             |
|                             | Компот из смеси сухофруктов                      | 200       | 0,06             | 0,00  | 22,86    | 86,92                      | 349            |
|                             | Хлеб пшеничный в/с                               | 95        | 7,51             | 0,95  | 45,88    | 202,92                     | --             |
|                             | Хлеб ржано-пшеничный                             | 60        | 4,08             | 0,72  | 25,20    | 126                        | --             |
| ИТОГО ЗА ОБЕД               |                                                  | 1117      | 35,90            | 28,43 | 162,24   | 1029,96                    |                |
| ПОЛДНИК                     | Сырники из творога (1 вар,)                      | 85        | 10,00            | 9,63  | 18,56    | 199,16                     | 294            |
|                             | Повидло фруктовое                                | 25        | 0,00             | 0,00  | 12,50    | 50                         | -              |
|                             | Кисломолочный напиток "Снежок"                   | 180       | 5,40             | 4,50  | 18,00    | 135                        | 386            |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК            |                                                  | 290       | 15,40            | 14,13 | 49,06    | 384,16                     |                |
| УЖИН                        | Рыба припущенная (минтай)                        | 120       | 17,48            | 1,33  | 0,40     | 107,38                     | 227            |
|                             | Картофель в молоке                               | 150       | 3,51             | 3,72  | 19,74    | 126,6                      | 311            |
|                             | Горох овощной отварной (консерв,)                | 104       | 2,09             | 0,14  | 4,39     | 27,04                      | 131            |
|                             | Чай с лимоном,,                                  | 200       | 0,46             | 0,00  | 10,24    | 43,86                      | 377            |
|                             | Хлеб пшеничный в/с                               | 20        | 1,58             | 0,20  | 9,66     | 42,72                      | ---            |
|                             | Хлеб ржано-пшеничный                             | 60        | 4,08             | 0,72  | 25,20    | 126                        | 1              |
| ИТОГО ЗА УЖИН               |                                                  | 654       | 29,20            | 6,11  | 69,63    | 473,6                      |                |
| 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:              |                                                  | 3176      | 112,85           | 85,85 | 452,98   | 3035,36                    |                |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:       |                                                  | 3176      | 112,85           | 85,85 | 452,98   | 3035,36                    |                |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: |                                                  | 3176      | 112,85           | 85,85 | 452,98   | 3035,36                    |                |

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.