

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: 2026.03.06 13:02:14 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
09.03.2026г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Дети с 7-11 лет

09.03.2026г

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
	Икра кабачковая консерв,	97	1,11	6,45	6,82	89,39	50
	Кофейный напиток с молоком ,	200	3,58	4,12	22,96	143,6	380
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		478	22,90	34,68	55,96	618,43	
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	250	5,27	5,65	20,15	152,38	102
	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай)	200	15,92	8,36	9,46	212,16	229
	Пюре картофельное	150	3,09	4,80	20,40	137,25	312
	Овощи натуральные соленые (помидоры)	91	1,00	0,09	1,46	11,83	70
	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		991	34,37	20,18	127,48	846,73
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	120	19,70	20,33	17,02	333,6	268
	Соус красный основной	75	0,65	1,56	3,73	31,69	528
	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 сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	1
	ИТОГО ЗА УЖИН		660	29,60	29,17	80,03	701,75
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:		2904	100,36	95,66	356,74	2712,85	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2904	100,36	95,66	356,74	2712,85	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2904	100,36	95,66	356,74	2712,85	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.