

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: 2026.03.25 11:47:20 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
25.03.2026г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети с 7-11 лет

25.03.2026г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
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 из гречневой крупы со слив, маслом	200/10	9,10	13,00	35,18	295	183
	Чай с лимоном,	200	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		475	16,87	25,17	69,66	564,46	
ЗАВТРАК 2	Бананы свеж,	195	2,92	0,98	40,95	187,2	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		395	3,92	1,18	61,15	279,2	
ОБЕД	Суп картофельный с клецками со смет,	250/10	3,80	7,35	19,15	160,45	108
	Жаркое по-домашнему	200	24,16	21,10	17,28	355,02	259
	Салат из квашеной капусты	100	1,60	5,10	8,24	86,63	47
	Компот из изюма	180	0,52	0,11	25,36	98,69	348
	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		850	39,12	34,94	125,47	955,67	
ПОЛДНИК	Булочка "Веснушка"	50	3,90	3,06	23,90	139	429
	Яблоки печеные(без сахара)	50	0,22	0,22	5,41	25,94	372
	Кофейный напиток на молоке (50/50)	180	2,05	1,91	11,95	71,8	637
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	6,17	5,19	41,26	236,74	
УЖИН	Сельдь (филе)	96	16,80	1,92	0,00	84,48	38
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209
	Картофель отварной	150	2,86	4,30	23,01	142,35	310
	Овощи отварные (свекла)	75	1,12	0,08	6,60	31,5	315
	Компот из свежих яблок,	200	0,14	0,14	3,44	16,54	342
	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		621	30,30	11,72	59,79	464,39	
УЖИН 2	Кефир 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	95,4	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		180	5,22	4,50	7,20	95,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2801	101,60	82,70	364,53	2595,86	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2801	101,60	82,70	364,53	2595,86	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2801	101,60	82,70	364,53	2595,86	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.