

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: 2026.10.05 13:21:30 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Поздеева Т.Н.
05.10.2026г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Дети 7-11 лет

05.10.2026г

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	11,07	12,37	2,06	163,41	2
	Кукуруза отварная (консерв.)	96	2,11	0,38	10,75	55,68	133
	Кофейный напиток с молоком ,	180	3,22	3,71	20,66	129,24	380
	Хлеб пшеничный в/с	37	2,92	0,37	17,87	79,03	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		444	22,88	28,50	51,47	548,06	
ЗАВТРАК 2	Бананы свеж,	194	2,91	0,97	40,74	186,24	338
	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		319	6,03	4,09	54,49	283,74	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми с птицей	250/25	10,00	9,78	16,63	196,77	102
	Рыба, тушеная в томате с овощами	200	15,84	11,18	9,30	221,42	229
	Пюре картофельное	150	3,09	4,80	20,40	137,25	312
	Овощи натуральные свежие (огурцы)	75	0,60	0,08	1,88	10,5	71
	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	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		975	38,62	27,12	124,22	899,05	
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 стр274
	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
	Соус красный основной	75	0,65	1,56	4,85	35,96	528
	Каша пшеничная вязкая со слив, маслом	150/5	4,80	4,04	26,54	154,89	257
	Капуста св, тушеная	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		640	26,38	25,78	78,49	652,56
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:		2878	103,68	93,40	373,49	2761,35	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2878	103,68	93,40	373,49	2761,35	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2878	103,68	93,40	373,49	2761,35	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.