

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: 2025.11.06 07:29:34 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат
Белоусова Т.Я.
05.11.2025г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Дети с 7-11 лет

05.11.2025г

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)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы со слив, маслом	200/10	9,10	13,00	35,18	295	183
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
	Хлеб пшеничный в/с	80	6,32	0,80	38,64	170,88	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	20,34	26,95	83,97	644,6	
ЗАВТРАК 2	Бананы свеж,	147	2,20	0,74	30,87	141,12	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		347	3,20	0,94	51,07	233,12	
ОБЕД	Суп картофельный с клецками со смет,	250/10	3,80	7,35	19,15	160,45	108
	Жаркое по-домашнему	215	25,97	22,68	18,58	381,65	259
	Овощи натуральные свежие (помидоры)	75	0,83	0,15	2,85	18	71
	Компот из изюма	180	0,52	0,11	25,36	98,69	348
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	--
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	8,40	42	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		790	36,43	31,03	98,49	807,59	
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 с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,3	379
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	7,72	6,50	44,83	269,24	
УЖИН	Сельдь (филе)	90	15,75	1,80	0,00	79,2	38
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209
	Картофель отварной	150	2,29	4,41	24,07	144,21	310
	Овощи отварные (морковь)	75	0,97	0,08	5,18	26,25	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	60	4,08	0,72	25,20	126	1
ИТОГО ЗА УЖИН		635	29,89	11,95	67,83	497,72	
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:		2762	102,80	81,87	353,39	2547,67	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2762	102,80	81,87	353,39	2547,67	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2762	102,80	81,87	353,39	2547,67	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.