

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
03.04.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

03.04.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
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 кукурузная со слив,маслом	250/10	7,85	10,97	49,12	326,03	182
	Чай с сахаром ,,	200	0,40	0,00	10,06	41,72	628
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		555	18,54	28,45	93,18	689,22	
ЗАВТРАК 2	Бананы свеж,	188	2,82	0,94	39,48	180,48	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		388	3,82	1,14	59,68	272,48	
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	300	4,26	5,52	22,56	173,1	108
	Рагу из птицы	263	19,25	16,02	22,85	312,6	289
	Овощи натуральные соленые (помидоры)	115	1,27	0,12	1,84	14,95	70
	Компот из изюма	200	0,58	0,12	28,18	109,66	348
	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		1033	36,95	23,45	146,51	939,23	
ПОЛДНИК	Котлета,запечённая в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420
	Яблоки печеные(без сахара)	50	0,22	0,22	5,41	25,94	372
	Какао с молоком сгущенным	200	3,66	2,60	25,08	138,4	383
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		350	15,87	13,23	63,66	438,34	
УЖИН	Сельдь (филе)	90	15,30	7,65	0,00	130,5	76
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209
	Пюре картофельное	150	3,09	4,80	20,40	137,25	312
	Икра свекольная	75	1,78	7,65	17,15	138,98	75
	Кисель из яблок	200	0,12	0,10	18,82	75,34	352
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,20	9,66	42,72	---
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА УЖИН		635	31,03	25,72	91,51	713,59	
УЖИН 2	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	.
ИТОГО ЗА УЖИН 2		125	3,12	3,12	13,75	97,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3086	109,33	95,11	468,29	3150,36	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3086	109,33	95,11	468,29	3150,36	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3086	109,33	95,11	468,29	3150,36	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.