

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
 04.04.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

04.04.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 11							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Каша жидкая молочная пшеничная со слив,маслом	250/10	10,05	10,92	48,92	324,52	182
	Кофейный напиток с молоком ,	200	3,58	4,12	22,96	143,6	380
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		535	19,28	26,62	105,88	716,79	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (вафли)	44	1,98	12,76	27,72	233,2	17
	Яблоки свежие	188	0,75	0,75	18,42	88,36	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		232	2,73	13,51	46,14	321,56	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой с рыб. прод,	300/30	7,44	4,23	23,19	163,62	101
	Бифштекс рубленый	106	26,37	27,35	0,48	353,34	86
	Рагу из овощей	150	2,57	7,21	15,77	138,99	143
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	115	0,92	0,12	1,96	14,95	70
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	80	6,32	0,80	38,64	170,88	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		1011	47,76	40,43	128,10	1054,7	
ПОЛДНИК	Омлет с сыром,	110/10	13,14	21,57	1,87	254,76	211
	Икра кабачковая консерв,	75	0,85	4,99	5,27	69,11	50
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,37	0,30	14,49	64,08	----
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		415	17,36	27,06	41,83	479,95	
УЖИН	Оладьи из печени	100	18,60	15,31	7,51	261,9	282
	Каша гречневая вязкая со слив, маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,54	257
	Фасоль овощная отварная (консерв,)	100	6,10	0,00	14,90	84	132
	Чай с сахаром ,,	200	0,40	0,00	10,06	41,72	628
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА УЖИН		610	33,95	20,89	79,15	662,16	
УЖИН 2	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	106	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	5,80	5,00	8,00	106	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3003	126,88	133,51	409,10	3341,16	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3003	126,88	133,51	409,10	3341,16	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3003	126,88	133,51	409,10	3341,16	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.