

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

04.04.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

04.04.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 11							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Каша жидкая молочная пшеничная со слив, маслом	200/10	8,06	10,20	39,16	272,84	172
	Кофейный напиток с молоком ,	180	3,22	3,71	20,66	129,24	380
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	15,31	21,66	84,10	574,98	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие	188	0,75	0,75	18,42	88,36	338
	Кондитерские изделия (вафли)	35	1,58	10,15	22,05	185,5	17
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		223	2,33	10,90	40,47	273,86	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой с рыб. прод,	250/25	7,05	3,55	19,92	139,48	101
	Бифштекс рубленый	80	19,90	20,64	0,36	266,67	86
	Рагу из овощей	150	2,57	7,21	15,77	138,99	143
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	75	0,60	0,08	1,28	9,75	70
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	..
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		825	36,84	32,46	98,85	823,92	
ПОЛДНИК	Омлет с сыром,	55/5	6,57	10,79	0,94	127,38	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		360	10,79	16,28	40,90	352,57	
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,)	75	4,57	0,00	11,17	63	132
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		565	30,86	20,65	66,98	597,26	
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:		2593	101,35	106,45	338,50	2717,99	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2593	101,35	106,45	338,50	2717,99	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2593	101,35	106,45	338,50	2717,99	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.