

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.  
10.04.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

10.04.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	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 из гречневой крупы со слив, маслом	250/10	11,35	14,40	43,95	353,25	183
	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	.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>555</b>	<b>22,04</b>	<b>31,88</b>	<b>88,01</b>	<b>716,44</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Бананы свеж,	185	2,78	0,92	38,85	177,6	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>385</b>	<b>3,78</b>	<b>1,12</b>	<b>59,05</b>	<b>269,6</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с клецками со смет,	300/10	6,21	8,70	31,20	228,21	108
	Жаркое по-домашнему	200	14,06	33,70	37,88	437,7	295
	Салат из квашеной капусты	105	1,68	5,35	8,65	90,96	47
	Компот из изюма	200	0,58	0,12	28,18	109,66	348
	Хлеб пшеничный в/с	110	8,69	1,10	53,13	234,96	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>975</b>	<b>35,30</b>	<b>49,69</b>	<b>184,24</b>	<b>1227,49</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка "Веснушка"	100	7,80	6,12	47,80	278	429
	Яблоки печеные(без сахара)	50	0,22	0,22	5,41	25,94	372
	Кофейный напиток на молоке	200	2,28	2,12	13,28	79,78	637
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>350</b>	<b>10,30</b>	<b>8,46</b>	<b>66,49</b>	<b>383,72</b>	
<b>УЖИН</b>	Сельдь (филе)	90	15,30	7,65	0,00	130,5	76
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209
	Картофель отварной	150	2,86	4,30	23,01	142,35	310
	Овощи отварные (свекла)	100	1,50	0,10	8,80	42	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	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>660</b>	<b>30,54</b>	<b>17,71</b>	<b>70,39</b>	<b>562,91</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Кефир 2,5%	220	6,38	5,50	8,80	116,6	386
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>220</b>	<b>6,38</b>	<b>5,50</b>	<b>8,80</b>	<b>116,6</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>3145</b>	<b>108,34</b>	<b>114,36</b>	<b>476,98</b>	<b>3276,76</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>3145</b>	<b>108,34</b>	<b>114,36</b>	<b>476,98</b>	<b>3276,76</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>3145</b>	<b>108,34</b>	<b>114,36</b>	<b>476,98</b>	<b>3276,76</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.