

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

14.04.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

14.04.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209
	Суп молочный с кукурузной крупой	250	4,68	5,67	39,53	227,7	121
	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		575	18,99	25,97	96,77	682,77	
ЗАВТРАК 2	Апельсины свеж,	167	1,50	0,33	13,53	71,81	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		367	2,50	0,53	33,73	163,81	
ОБЕД	Рассольник ленинградский со сметаной	300/10	2,73	7,92	14,82	148,14	96
	Гуляш из отварной говядины	100	13,36	14,08	3,27	164	246
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Овощи натуральные свежие (помидоры)	120	1,32	0,24	4,56	28,8	71
	Компот из смеси сухофруктов,	200	0,06	0,00	2,90	11,12	349
	Хлеб пшеничный в/с	110	8,69	1,10	53,13	234,96	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		1040	35,76	28,57	130,32	881,47	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные	157	23,28	11,05	21,60	279,46	218
	Сметана 15%	20	0,52	3,00	0,58	32	-
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		377	24,26	14,05	32,42	355,32	
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	120	16,27	9,53	10,37	194,4	235
	Картофель в молоке	150	3,51	3,72	19,74	126,6	311
	Овощи отварные (морковь)	100	1,30	0,10	6,90	35	315
	Кисель из сока плодового	200	0,32	0,06	13,88	58,9	359
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	1
ИТОГО ЗА УЖИН		630	25,48	14,13	76,09	540,9	
УЖИН 2	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	6,00	5,00	20,00	150	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	6,00	5,00	20,00	150	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3189	112,99	88,25	389,33	2774,27	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3189	112,99	88,25	389,33	2774,27	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3189	112,99	88,25	389,33	2774,27	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.