

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
14.04.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

14.04.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209
	Суп молочный с кукурузной крупой	200	3,74	4,54	31,62	182,16	121
	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		480	16,07	20,60	76,84	547,1	
ЗАВТРАК 2	Апельсины свеж,	165	1,48	0,33	13,37	70,95	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		365	2,48	0,53	33,57	162,95	
ОБЕД	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,28	6,60	12,35	123,45	96
	Гуляш из отварной говядины	100	13,36	14,08	3,27	164	246
	Рагу из овощей	150	2,57	7,21	15,77	138,99	143
	Овощи натуральные свежие (помидоры)	120	1,32	0,24	4,56	28,8	71
	Компот из смеси сухофруктов,	180	0,05	0,00	2,61	10,01	349
	Хлеб пшеничный в/с	80	6,32	0,80	38,64	170,88	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		920	28,62	29,41	94,00	720,13	
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	0,26	0,00	10,20	41,96	377
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		377	24,06	14,05	32,38	353,42	
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	100	13,56	7,94	8,64	162	235
	Картофель в молоке	150	3,51	3,72	19,74	126,6	311
	Овощи отварные (морковь)	75	0,97	0,08	5,18	26,25	315
	Кисель из сока плодового	180	0,29	0,05	12,49	53,01	359
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		545	21,05	12,27	62,85	451,86	
УЖИН 2	Кисломолочный напиток "Снежок"	180	5,40	4,50	18,00	135	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		180	5,40	4,50	18,00	135	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2867	97,68	81,36	317,64	2370,46	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2867	97,68	81,36	317,64	2370,46	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2867	97,68	81,36	317,64	2370,46	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.