

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

16.04.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

16.04.2024г

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-----------------------------|---|-----------|------------------|--------|----------|----------------------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 9 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | 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 пшённая со слив,маслом | 250/10 | 9,45 | 12,02 | 46,88 | 333,03 | 182 |
| | Чай с лимоном, | 200 | 0,46 | 0,00 | 10,24 | 43,86 | 377 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 70 | 5,53 | 0,70 | 33,81 | 149,52 | . |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 555 | 20,20 | 29,50 | 91,12 | 698,36 | |
| ЗАВТРАК 2 | Кондитерские изделия (вафли) | 47 | 2,12 | 13,63 | 29,61 | 249,1 | 17 |
| | Яблоки свежие | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,5 | 338 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92 | 389 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 397 | 3,72 | 14,43 | 64,51 | 411,6 | |
| ОБЕД | Щи из свежей капусты с картофелем,с отвар,мясом со смет, | 300/30/10 | 12,09 | 13,80 | 13,89 | 229,11 | 88 |
| | Плов из птицы | 300 | 21,27 | 13,41 | 54,69 | 447,9 | 291 |
| | Икра свекольная | 75 | 1,78 | 7,65 | 17,15 | 138,98 | 75 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,06 | 0,00 | 22,86 | 86,92 | 349 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 105 | 8,30 | 1,05 | 50,71 | 224,28 | -- |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4,08 | 0,72 | 25,20 | 126 | -- |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 1040 | 47,58 | 36,63 | 184,50 | 1253,19 | |
| ПОЛДНИК | Запеканка из творога | 110 | 12,99 | 13,56 | 15,18 | 233,95 | 223 |
| | Повидло фруктовое | 20 | 0,00 | 0,00 | 10,00 | 40 | - |
| | Кефир 2,5% | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 106 | 386 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 330 | 18,79 | 18,56 | 33,18 | 379,95 | |
| УЖИН | Печень по-строгановски | 150 | 19,89 | 16,84 | 5,28 | 277,5 | 255 |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,62 | 5,42 | 31,73 | 202,14 | 309 |
| | Кукуруза отварная (консерв,) | 100 | 2,20 | 0,40 | 11,20 | 58 | 133 |
| | 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 | -- |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 710 | 34,51 | 23,72 | 86,51 | 722,9 | |
| УЖИН 2 | Молоко питьевое пастер, | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 108 | 385 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 108 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 3232 | 130,60 | 127,84 | 469,42 | 3574 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 3232 | 130,60 | 127,84 | 469,42 | 3574 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 3232 | 130,60 | 127,84 | 469,42 | 3574 | |

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.