

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

17.04.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

17.04.2024г

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 10 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Масло (порциями) | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | 14 |
| | Сыр (порциями) | 15 | 3,48 | 4,42 | 0,00 | 54,6 | 15 |
| | Каша жидкая молочная кукурузная со слив,маслом | 200/10 | 6,30 | 10,22 | 39,32 | 274,04 | 182 |
| | Чай с лимоном, | 200 | 0,26 | 0,00 | 10,20 | 41,96 | 377 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 50 | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 106,8 | . |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 475 | 14,07 | 22,39 | 73,80 | 543,5 | |
| ЗАВТРАК 2 | Бананы свеж, | 184 | 2,76 | 0,92 | 38,64 | 176,64 | 338 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92 | 389 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 384 | 3,76 | 1,12 | 58,84 | 268,64 | |
| ОБЕД | Суп картофельный с клецками | 250 | 3,55 | 4,60 | 18,80 | 144,25 | 108 |
| | Бифштекс рубленый | 80 | 19,90 | 20,64 | 0,36 | 266,67 | 266 |
| | Рагу из овощей | 150 | 2,57 | 7,21 | 15,77 | 138,99 | 143 |
| | Овощи натуральные соленые (помидоры) | 75 | 0,83 | 0,08 | 1,20 | 9,75 | 70 |
| | Компот из изюма | 180 | 0,52 | 0,11 | 25,36 | 98,69 | 348 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 65 | 5,14 | 0,65 | 31,39 | 138,84 | -- |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,72 | 0,48 | 16,80 | 84 | -- |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 840 | 35,23 | 33,77 | 109,68 | 881,19 | |
| ПОЛДНИК | Котлета,запечённая в тесте | 75 | 8,99 | 7,81 | 24,88 | 205,5 | 420 |
| | Яблоки печеные(без сахара) | 50 | 0,22 | 0,22 | 5,41 | 25,94 | 372 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,65 | 3,19 | 6,82 | 70,74 | 382 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 305 | 12,86 | 11,22 | 37,11 | 302,18 | |
| УЖИН | Сельдь (филе) | 90 | 15,30 | 7,65 | 0,00 | 130,5 | 76 |
| | Пюре картофельное | 150 | 3,09 | 4,80 | 20,40 | 137,25 | 312 |
| | Фасоль овощная отварная (консерв.) | 75 | 4,57 | 0,00 | 11,17 | 63 | 132 |
| | Кисель из яблок | 180 | 0,11 | 0,09 | 16,94 | 67,81 | 352 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | --- |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,72 | 0,48 | 16,80 | 84 | -- |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 555 | 27,37 | 13,22 | 74,97 | 525,28 | |
| 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: | | 2739 | 98,69 | 86,22 | 372,40 | 2655,79 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2739 | 98,69 | 86,22 | 372,40 | 2655,79 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2739 | 98,69 | 86,22 | 372,40 | 2655,79 | |

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.