

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

23.04.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

23.04.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
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 пшённая со слив,маслом	200/10	7,58	11,08	37,52	279,64	182
	Какао с молоком сгущенным	180	3,29	2,34	22,57	124,56	383
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		455	18,38	25,59	84,37	631,7	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (зефир)	35	0,28	0,04	27,93	114,1	21
	Яблоки свежие	184	0,74	0,74	18,03	86,48	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		419	2,02	0,98	66,16	292,58	
ОБЕД	Щи из св, капусты с картофелем,с отвар,гов, со смет,	250/25/10	9,62	11,73	9,88	184,9	88
	Плов из птицы	225	15,95	10,06	41,02	335,93	291
	Салат из свеклы с зеленым горошком	75	1,24	3,09	5,47	54,68	53
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	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	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		850	35,90	26,16	132,38	908,62	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	105	12,40	12,95	14,49	223,31	223
	Повидло фруктовое	20	0,00	0,00	10,00	40	-
	Кефир 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	95,4	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		305	17,62	17,45	31,69	358,71	
УЖИН	Оладьи из печени	100	18,60	15,31	7,51	261,9	282
	Картофель в молоке	150	3,51	3,72	19,74	126,6	311
	Фасоль овощная отварная (консерв,)	75	4,57	0,00	11,17	63	132
	Чай с лимоном,	200	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		565	29,66	19,51	65,42	577,46	
УЖИН 2	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	.
ИТОГО ЗА УЖИН 2		125	3,12	3,12	13,75	97,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2719	106,70	92,81	393,77	2866,57	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2719	106,70	92,81	393,77	2866,57	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2719	106,70	92,81	393,77	2866,57	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.