

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
25.04.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

25.04.2024г

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------------------|--|-------------|------------------|---------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 4 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Масло (порциями) | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | 14 |
| | Каша жидкая молочная пшеничная со слив, маслом | 200/10 | 8,06 | 10,20 | 39,16 | 272,84 | 172 |
| | 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 | | 440 | 15,38 | 20,29 | 86,01 | 570,3 | |
| ЗАВТРАК 2 | Кондитерские изделия (вафли) | 35 | 1,58 | 10,15 | 22,05 | 185,5 | 17 |
| | Яблоки свежие | 185 | 0,74 | 0,74 | 18,13 | 86,95 | 338 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92 | 389 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 420 | 3,32 | 11,09 | 60,38 | 364,45 | |
| ОБЕД | Суп картофельный с пшеном | 250 | 2,68 | 3,05 | 19,92 | 117,48 | 101 |
| | Печень по-строгановски | 100 | 13,26 | 11,23 | 3,52 | 185 | 255 |
| | Макаронные изделия отварные со слив,маслом | 150 | 5,52 | 4,51 | 26,44 | 168,45 | 309 |
| | Овощи натуральные соленые (огурцы) | 75 | 0,60 | 0,08 | 1,28 | 9,75 | 70 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,05 | 0,00 | 20,57 | 78,23 | 349 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 50 | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 106,8 | -- |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,72 | 0,48 | 16,80 | 84 | -- |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 845 | 28,78 | 19,85 | 112,68 | 749,71 | |
| ПОЛДНИК | Омлет с сыром, | 110/10 | 13,14 | 21,57 | 1,87 | 254,76 | 211 |
| | Икра кабачковая консерв, | 75 | 0,85 | 4,99 | 5,27 | 69,11 | 50 |
| | Чай с молоком | 180 | 1,58 | 1,46 | 9,56 | 59,53 | 378 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | ---- |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 395 | 17,94 | 28,32 | 31,19 | 447,48 | |
| УЖИН | Птица отварная | 100 | 19,50 | 17,20 | 0,33 | 234,12 | 121 |
| | Рагу из овощей | 150 | 2,57 | 7,21 | 15,77 | 138,99 | 143 |
| | Горох овощной отварной (консерв,) | 75 | 1,51 | 0,10 | 3,16 | 19,5 | 131 |
| | 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 | | 565 | 27,99 | 25,28 | 62,66 | 587,14 | |
| 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: | | 2790 | 96,53 | 107,95 | 366,67 | 2816,58 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2790 | 96,53 | 107,95 | 366,67 | 2816,58 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2790 | 96,53 | 107,95 | 366,67 | 2816,58 | |

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.