

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
03.12.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

03.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 14							
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
	Суп молочный с рисовой крупой	260	3,80	4,81	20,88	146,85	121
	Кофейный напиток на молоке	180	2,05	1,91	11,95	71,8	637
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		545	16,14	24,20	66,83	540,12	
ЗАВТРАК 2	Мандарины свеж,	227	1,82	0,45	17,02	86,26	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		427	2,82	0,65	37,22	178,26	
ОБЕД	Борщ с картофелем с яйцом со смет,	300/20/10	5,22	9,81	16,62	188,01	83
	Бефстроганов из отварного мяса говядины	165	23,17	22,65	9,36	334,31	2,9
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	180	6,62	5,42	31,73	202,14	309
	Овощи отварные (морковь)	100	1,30	0,10	6,90	35	315
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	110	8,69	1,10	53,13	234,96	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		1115	49,14	39,80	165,80	1207,34	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные	170	25,21	11,97	23,39	302,6	218
	Сметана 15%	20	0,52	3,00	0,58	32	-
	Чай с сахаром ,,	200	0,40	0,00	10,06	41,72	628
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		390	26,13	14,97	34,03	376,32	
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	125	16,95	9,93	10,80	202,5	235
	Картофель отварной	180	3,44	5,17	27,61	170,82	310
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	100	0,80	0,10	1,70	13	70
	Кисель из яблок	200	0,12	0,10	18,82	75,34	352
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА УЖИН		665	25,39	16,02	84,13	587,66	
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:		3267	122,74	98,76	401,76	2987,2	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3267	122,74	98,76	401,76	2987,2	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3267	122,74	98,76	401,76	2987,2	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.