

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

07.12.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

07.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Каша жидкая молочная пшеничная со слив,маслом	250/10	10,05	10,92	48,92	324,52	182
	Какао с молоком сгущенным	200	3,66	2,60	25,08	138,4	383
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		535	19,36	25,10	108,00	711,59	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (сушка)	44	3,78	2,24	31,59	162,8	20
	Мандарины свеж,	200	1,60	0,40	15,00	76	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		444	6,38	2,84	66,79	330,8	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой с рыб. прод,	300/30	7,44	4,23	23,19	163,62	101
	Печень по-строгановски	150	19,89	16,84	5,28	277,5	255
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,8	52
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	90	7,11	0,90	43,47	192,24	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		1050	45,51	33,21	154,70	1107,53	
ПОЛДНИК	Омлет с сыром	110	14,19	16,28	1,90	212	211
	Икра кабачковая консерв,	50	0,57	3,33	3,52	46,08	50
	Чай с молоком	200	1,86	1,24	12,46	68,72	378
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,20	9,66	42,72	----
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		380	18,20	21,05	27,54	369,52	
УЖИН	Птица отварная	100	19,50	17,20	0,33	234,12	121
	Рагу из овощей	180	3,08	8,66	18,92	166,79	143
	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 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		660	29,16	26,98	74,63	657,97	
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:		3194	121,73	112,30	445,41	3274,91	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3194	121,73	112,30	445,41	3274,91	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3194	121,73	112,30	445,41	3274,91	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.