

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

07.12.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

07.12.2023г

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 (сушка)	35	3,01	1,78	25,13	129,5	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		435	5,61	2,38	60,33	297,5	
ОБЕД	Суп картофельный с пшеном с рыб. прод,	250/25	7,05	3,55	19,92	139,48	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
	Салат из свеклы отварной	75	1,06	4,51	6,20	69,6	52
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	128,16	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		855	34,40	24,88	122,43	852,92	
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	180	1,49	1,12	11,18	60,14	378
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,20	9,66	42,72	----
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		360	17,83	20,93	26,26	360,94	
УЖИН	Птица отварная	80	15,60	13,76	0,26	187,3	121
	Рагу из овощей	150	2,57	7,21	15,77	138,99	143
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	75	0,60	0,08	1,28	9,75	70
	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		545	23,18	21,82	60,71	530,57	
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:		2760	99,52	93,42	369,49	2709,73	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2760	99,52	93,42	369,49	2709,73	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2760	99,52	93,42	369,49	2709,73	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.