

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

09.12.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

09.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Каша жидкая молочная ячневая со слив,маслом	200/10	7,38	10,32	39,70	280,56	182
	Чай с сахаром,	200	0,20	0,00	15,02	58,76	628
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		480	13,19	18,27	88,66	554,94	
ЗАВТРАК 2	Молоко питьевое пастер,	200	5,80	5,00	9,60	108	385
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	5,80	5,00	9,60	108	
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями и картофелем с отвар,говядиной	250/25	8,50	6,95	14,25	163,08	112
	Птица, тушенная в соусе	120	14,10	15,13	3,89	208,14	444
	Капуста св, тушенная	200	4,08	7,36	15,78	154	139
	Компот из смеси сухофруктов,	180	0,05	0,00	2,61	10,01	349
	Хлеб пшеничный в/с	55	4,35	0,55	26,56	117,48	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		845	33,80	30,47	79,89	736,71	
ПОЛДНИК	Яблоки печеные(без сахара)	100	0,54	0,52	13,52	54	372
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	1,54	0,72	33,72	146	
УЖИН	Запеканка картофельная с печенью со слив,маслом	210/8	22,13	17,91	27,30	370,8	284
	Овощи отварные (свекла)	75	1,12	0,08	6,60	31,5	315
	Компот из свежих яблок	200	0,14	0,14	27,40	107,5	342
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,20	9,66	42,72	---
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	Н
ИТОГО ЗА УЖИН		545	27,69	18,81	87,76	636,52	
УЖИН 2	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	106	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	5,80	5,00	8,00	106	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2570	87,82	78,27	307,63	2288,17	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2570	87,82	78,27	307,63	2288,17	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2570	87,82	78,27	307,63	2288,17	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.