

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

10.12.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

10.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Суп молочный с кукурузной крупой	250	4,68	5,67	39,53	227,7	121
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		535	10,53	17,25	83,55	516,19	
ЗАВТРАК 2	Мандарины свеж,	215	1,72	0,43	16,12	81,7	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		415	2,72	0,63	36,32	173,7	
ОБЕД	Рассольник ленинградский со сметаной	300/10	2,73	7,92	14,82	148,14	96
	Гуляш из отварной говядины	150	20,04	21,12	4,90	246	246
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Овощи натуральные соленые (помидоры)	110	1,21	0,11	1,76	14,3	70
	Компот из смеси сухофруктов,	200	0,06	0,00	2,90	11,12	349
	Хлеб пшеничный в/с	105	8,30	1,05	50,71	224,28	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		1075	41,94	35,43	126,73	938,29	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные	150	22,24	10,56	20,64	267	218
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		350	22,70	10,56	30,88	310,86	
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	120	16,27	9,53	10,37	194,4	235
	Картофель отварной	180	3,44	5,17	27,61	170,82	310
	Овощи отварные (морковь)	100	1,30	0,10	6,90	35	315
	Кофейный напиток с молоком ,	200	3,58	4,12	22,96	143,6	380
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	1
ИТОГО ЗА УЖИН		660	28,67	19,64	93,04	669,82	
УЖИН 2	Кисель из сока плодового	200	0,32	0,06	13,88	58,9	359
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	0,32	0,06	13,88	58,9	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3235	106,88	83,57	384,40	2667,76	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3235	106,88	83,57	384,40	2667,76	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3235	106,88	83,57	384,40	2667,76	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.