

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.  
 14.11.2023г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

14.11.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 9</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Каша жидкая молочная пшённая со слив,маслом	200/10	7,58	11,08	37,52	279,64	182
	Чай с лимоном,	200	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>495</b>	<b>16,93</b>	<b>23,45</b>	<b>81,66</b>	<b>591,82</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Кондитерские изделия (сушка)	35	3,01	1,78	25,13	129,5	20
	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,5	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>385</b>	<b>4,61</b>	<b>2,58</b>	<b>60,03</b>	<b>292</b>	
<b>ОБЕД</b>	Щи из св, капусты с картофелем,с отвар,гов, со смет,	250/25/10	10,28	11,78	12,22	196,73	88
	Плов из птицы	225	15,95	10,06	41,02	335,93	291
	Салат из свеклы с огурцами солеными	75	1,00	4,57	4,84	64,79	55
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	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	--
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>825</b>	<b>34,35</b>	<b>27,44</b>	<b>122,01</b>	<b>877,16</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Запеканка из творога	100	11,81	12,33	13,80	212,68	223
	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,6	11
	Кефир 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	95,4	386
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>18,47</b>	<b>18,53</b>	<b>32,10</b>	<b>373,68</b>	
<b>УЖИН</b>	Печень по-строгановски	100	13,26	11,23	3,52	185	255
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Кукуруза отварная (консерв,)	75	1,65	0,30	8,40	43,5	133
	Компот из свежих яблок,	200	0,14	0,14	3,44	16,54	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	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>585</b>	<b>24,87</b>	<b>16,86</b>	<b>68,26</b>	<b>540,21</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Молоко питьевое пастер,	200	5,80	5,00	9,60	108	385
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>	<b>108</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2790</b>	<b>105,03</b>	<b>93,86</b>	<b>373,66</b>	<b>2782,87</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2790</b>	<b>105,03</b>	<b>93,86</b>	<b>373,66</b>	<b>2782,87</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2790</b>	<b>105,03</b>	<b>93,86</b>	<b>373,66</b>	<b>2782,87</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.