

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

16.12.2023г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

16.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 13</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы со слив, маслом	250/10	11,35	14,40	43,95	353,25	183
	Чай с сахаром ,,	200	0,40	0,00	10,06	41,72	628
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>555</b>	<b>22,04</b>	<b>31,88</b>	<b>88,01</b>	<b>716,44</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Молоко питьевое пастер,	200	5,80	5,00	9,60	108	385
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>	<b>108</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп с макаронными изделиями и картофелем с отв,мясом	300/30	12,84	9,54	25,44	239,94	112
	Птица отварная	100	19,50	17,20	0,33	234,12	121
	Капуста св, тушеная	200	4,08	7,36	15,78	154	139
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	100	7,90	1,00	48,30	213,6	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>960</b>	<b>48,46</b>	<b>35,82</b>	<b>137,91</b>	<b>1054,58</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Кондитерские изделия(печенье)	25	1,85	2,35	18,27	101,75	19
	Яблоки печеные(без сахара)	125	0,68	0,65	16,90	67,5	372
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>350</b>	<b>3,53</b>	<b>3,20</b>	<b>55,37</b>	<b>261,25</b>	
<b>УЖИН</b>	Запеканка картофельная с мясом	210	24,89	25,87	29,59	438	284
	Кукуруза отварная (консерв,)	100	2,20	0,40	11,20	58	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	60	4,08	0,72	25,20	126	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>590</b>	<b>32,89</b>	<b>27,33</b>	<b>79,09</b>	<b>681,26</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	106	386
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>106</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2855</b>	<b>118,52</b>	<b>108,23</b>	<b>377,98</b>	<b>2927,53</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2855</b>	<b>118,52</b>	<b>108,23</b>	<b>377,98</b>	<b>2927,53</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2855</b>	<b>118,52</b>	<b>108,23</b>	<b>377,98</b>	<b>2927,53</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.