

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

16.12.2023г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

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)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54,6	15
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы со слив, маслом	200/10	9,10	13,00	35,18	295	183
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>495</b>	<b>18,39</b>	<b>25,37</b>	<b>79,14</b>	<b>605,04</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 отвар,говядиной	250/25	8,50	6,95	14,25	163,08	112
	Птица отварная	80	15,60	13,76	0,26	187,3	121
	Капуста св, тушеная	200	4,08	7,36	15,78	154	139
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>800</b>	<b>34,90</b>	<b>29,05</b>	<b>91,81</b>	<b>773,41</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Яблоки печеные(без сахара)	100	0,54	0,52	13,52	54	372
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>1,54</b>	<b>0,72</b>	<b>33,72</b>	<b>146</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	40	2,72	0,48	16,80	84	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>570</b>	<b>31,53</b>	<b>27,09</b>	<b>70,69</b>	<b>639,26</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>2565</b>	<b>97,96</b>	<b>92,23</b>	<b>292,96</b>	<b>2377,71</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2565</b>	<b>97,96</b>	<b>92,23</b>	<b>292,96</b>	<b>2377,71</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2565</b>	<b>97,96</b>	<b>92,23</b>	<b>292,96</b>	<b>2377,71</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.