

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

19.12.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

19.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	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 пшённая со слив,маслом	250/10	9,45	12,02	46,88	333,03	182
	Какао с молоком сгущенным	200	3,66	2,60	25,08	138,4	383
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		555	23,40	32,10	105,96	792,9	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (сушка)	43	3,70	2,19	30,87	159,1	20
	Яблоки свежие	200	0,80	0,80	19,60	94	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		443	5,50	3,19	70,67	345,1	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем,с отвар,мясом со смет,	300/30/10	12,09	13,80	13,89	229,11	88
	Плов из птицы	300	21,27	13,41	54,69	447,9	291
	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	4,12	7,29	72,9	53
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	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		1065	47,45	33,10	174,64	1187,11	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	110	12,99	13,56	15,18	233,95	223
	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,6	11
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	14,89	15,26	36,52	343,41	
УЖИН	Оладьи из печени	100	18,60	15,31	7,51	261,9	282
	Картофель в молоке	180	4,21	4,46	23,69	151,92	311
	Овощи натуральные соленые (помидоры)	100	1,10	0,10	1,60	13	70
	Кисель молочный	200	4,06	3,50	22,52	137,22	361
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА УЖИН		640	32,05	24,09	80,52	690,04	
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:		3233	129,09	112,74	476,31	3464,56	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3233	129,09	112,74	476,31	3464,56	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3233	129,09	112,74	476,31	3464,56	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.