

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

19.12.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

19.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	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 пшённая со слив,маслом	200/10	7,58	11,08	37,52	279,64	182
	Какао с молоком сгущенным	180	3,29	2,34	22,57	124,56	383
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		455	18,38	25,59	84,37	631,7	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (сушка)	35	3,01	1,78	25,13	129,5	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		435	4,81	2,78	64,93	315,5	
ОБЕД	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 зеленым горошком	75	1,24	3,09	5,47	54,68	53
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	75	5,93	0,75	36,22	160,2	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		845	36,17	26,16	132,30	909,77	
ПОЛДНИК	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
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	13,71	14,03	35,14	322,14	
УЖИН	Оладьи из печени	100	18,60	15,31	7,51	261,9	282
	Картофель в молоке	150	3,51	3,72	19,74	126,6	311
	Овощи натуральные соленые (помидоры)	75	0,83	0,08	1,20	9,75	70
	Кисель молочный	200	4,06	3,50	22,52	137,22	361
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		565	29,72	23,09	67,77	619,47	
УЖИН 2	Кефир 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	95,4	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		180	5,22	4,50	7,20	95,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2800	108,01	96,15	391,71	2893,98	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2800	108,01	96,15	391,71	2893,98	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2800	108,01	96,15	391,71	2893,98	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.