

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		
<b>День 2</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 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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>455</b>	<b>18,38</b>	<b>25,59</b>	<b>84,37</b>	<b>631,7</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>435</b>	<b>4,81</b>	<b>2,78</b>	<b>64,93</b>	<b>315,5</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 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
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>845</b>	<b>36,17</b>	<b>26,16</b>	<b>132,30</b>	<b>909,77</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
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>320</b>	<b>13,71</b>	<b>14,03</b>	<b>35,14</b>	<b>322,14</b>	
<b>УЖИН</b>	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	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>565</b>	<b>29,72</b>	<b>23,09</b>	<b>67,77</b>	<b>619,47</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Кефир 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	95,4	386
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>180</b>	<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,20</b>	<b>95,4</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2800</b>	<b>108,01</b>	<b>96,15</b>	<b>391,71</b>	<b>2893,98</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2800</b>	<b>108,01</b>	<b>96,15</b>	<b>391,71</b>	<b>2893,98</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2800</b>	<b>108,01</b>	<b>96,15</b>	<b>391,71</b>	<b>2893,98</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.