

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

20.12.2023г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

20.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 3</b>							
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 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	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>475</b>	<b>16,81</b>	<b>25,17</b>	<b>69,48</b>	<b>562,32</b>	
ЗАВТРАК 2	Мандарины свеж,	200	1,60	0,40	15,00	76	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>400</b>	<b>2,60</b>	<b>0,60</b>	<b>35,20</b>	<b>168</b>	
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	250	3,55	4,60	18,80	144,25	108
	Жаркое по-домашнему	200	24,16	21,10	17,28	355,02	259
	Салат из квашеной капусты	75	1,20	3,82	6,18	64,97	47
	Компот из изюма	180	0,52	0,11	25,36	98,69	348
	Хлеб пшеничный в/с	80	6,32	0,80	38,64	170,88	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>825</b>	<b>38,47</b>	<b>30,91</b>	<b>123,06</b>	<b>917,81</b>	
ПОЛДНИК	Булочка "Веснушка"	50	3,90	3,06	23,90	139	429
	Яблоки печенье(без сахара)	50	0,22	0,22	5,41	25,94	372
	Кофейный напиток на молоке	180	2,05	1,91	11,95	71,8	637
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>280</b>	<b>6,17</b>	<b>5,19</b>	<b>41,26</b>	<b>236,74</b>	
УЖИН	Сельдь (филе)	85	14,45	7,22	0,00	123,25	76
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209
	Картофель отварной	150	2,86	4,30	23,01	142,35	310
	Фасоль овощная отварная (консерв,)	75	4,57	0,00	11,17	63	132
	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>610</b>	<b>31,40</b>	<b>16,94</b>	<b>64,36</b>	<b>534,66</b>	
УЖИН 2	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	6,00	5,00	20,00	150	386
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>5,00</b>	<b>20,00</b>	<b>150</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2790</b>	<b>101,45</b>	<b>83,81</b>	<b>353,36</b>	<b>2569,53</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2790</b>	<b>101,45</b>	<b>83,81</b>	<b>353,36</b>	<b>2569,53</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2790</b>	<b>101,45</b>	<b>83,81</b>	<b>353,36</b>	<b>2569,53</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.