

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

21.12.2023г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

21.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Каша жидкая молочная пшеничная со слив,маслом	250/10	10,05	10,92	48,92	324,52	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	.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>535</b>	<b>19,36</b>	<b>25,10</b>	<b>108,00</b>	<b>711,59</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	.
	Яблоки свежие	190	0,76	0,76	18,62	89,3	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>515</b>	<b>4,88</b>	<b>4,08</b>	<b>52,57</b>	<b>278,8</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с крупой с рыб. прод,	300/30	7,44	4,23	23,19	163,62	101
	Печень по-строгановски	150	19,89	16,84	5,28	277,5	255
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	180	6,62	5,42	31,73	202,14	309
	Кукуруза отварная (консерв.)	75	1,65	0,30	8,40	43,5	133
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	90	7,11	0,90	43,47	192,24	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1055</b>	<b>46,85</b>	<b>28,41</b>	<b>160,13</b>	<b>1091,92</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Омлет с сыром	165	21,28	24,42	2,85	318	211
	Икра кабачковая консерв,	75	0,85	4,99	5,27	69,11	50
	Чай с молоком	200	1,76	1,62	10,62	66,14	378
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,20	9,66	42,72	----
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>460</b>	<b>25,47</b>	<b>31,23</b>	<b>28,40</b>	<b>495,97</b>	
<b>УЖИН</b>	Птица отварная	75	14,62	12,90	0,25	175,59	121
	Рагу из овощей	180	3,08	8,66	18,92	166,79	143
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	100	0,80	0,10	1,70	13	70
	Кисель из яблок	200	0,12	0,10	18,82	75,34	352
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,20	9,66	42,72	---
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>635</b>	<b>24,28</b>	<b>22,68</b>	<b>74,55</b>	<b>599,44</b>	
<b>УЖИН 2</b>	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>3400</b>	<b>126,84</b>	<b>116,50</b>	<b>443,65</b>	<b>3327,72</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>3400</b>	<b>126,84</b>	<b>116,50</b>	<b>443,65</b>	<b>3327,72</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>3400</b>	<b>126,84</b>	<b>116,50</b>	<b>443,65</b>	<b>3327,72</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.