

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
 23.12.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

23.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Каша жидкая молочная ячневая со слив,маслом	200/10	7,38	10,32	39,70	280,56	182
	Чай с сахаром,	200	0,20	0,00	15,02	58,76	628
	Лаваш	50	5,05	1,21	32,49	160,81	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		460	12,71	18,78	87,34	566,23	
ЗАВТРАК 2	Молоко питьевое пастер,	200	5,80	5,00	9,60	108	385
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	5,80	5,00	9,60	108	
ОБЕД	Суп с макар. изделиями и картофелем	250	3,05	2,92	21,20	124,22	112
	Рыба отварная	85	7,80	0,45	0,51	36,52	226
	Капуста св, тушеная	200	4,08	7,36	15,78	154	139
	Компот из смеси сухофруктов,	180	0,05	0,00	2,61	10,01	349
	Лаваш	50	5,05	1,21	32,49	160,81	2
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		805	22,75	12,42	89,39	569,56	
ПОЛДНИК	Яблоки печеные(без сахара)	100	0,54	0,52	13,52	54	372
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	1,54	0,72	33,72	146	
УЖИН	Запеканка картофельная с мясом	210	24,89	25,87	29,59	438	284
	Икра кабачковая консерв,	100	1,14	6,65	7,03	92,15	50
	Компот из свежих яблок	200	0,14	0,14	27,40	107,5	342
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	Н
ИТОГО ЗА УЖИН		550	28,89	33,14	80,82	721,65	
УЖИН 2	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	6,00	5,00	20,00	150	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	6,00	5,00	20,00	150	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2515	77,69	75,06	320,87	2261,44	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2515	77,69	75,06	320,87	2261,44	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2515	77,69	75,06	320,87	2261,44	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.