

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
26.12.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

26.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15
	Каша жидкая молочная пшённая со слив,маслом	250/10	9,45	12,02	46,88	333,03	182
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	19,90	25,87	90,84	661,27	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия(шок. конфеты)	33	1,29	4,82	23,10	135,14	3
	Апельсины свеж,	200	1,80	0,40	16,20	86	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		433	4,09	5,42	59,50	313,14	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	300	2,13	5,94	9,48	107,7	88
	Плов из птицы	225	15,95	10,06	41,02	335,93	291
	Овощи натуральные соленые (помидоры)	100	1,10	0,10	1,60	13	70
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	110	8,69	1,10	53,13	234,96	--
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,60	21,00	105	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		985	31,33	17,80	149,09	883,51	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	85	10,04	10,48	11,73	180,78	223
	Повидло фруктовое	30	0,00	0,00	15,00	60	-
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		315	10,50	10,48	36,97	284,64	
УЖИН	Печень по-строгановски	100	13,26	11,23	3,52	185	255
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Горох овощной отварной (консерв.)	100	2,01	0,13	4,22	26	131
	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	50	3,40	0,60	21,00	105	--
ИТОГО ЗА УЖИН		620	25,91	16,81	68,28	543,71	
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:		3103	97,73	81,38	424,68	2836,27	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3103	97,73	81,38	424,68	2836,27	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3103	97,73	81,38	424,68	2836,27	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.