

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

27.12.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

27.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
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 кукурузная со слив,маслом	250/10	7,85	10,97	49,12	326,03	182
	Чай с сахаром ,,	200	0,40	0,00	10,06	41,72	628
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	18,50	24,82	93,12	656,17	
ЗАВТРАК 2	Мандарины свеж,	200	1,60	0,40	15,00	76	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		400	2,60	0,60	35,20	168	
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	300	4,26	5,52	22,56	173,1	108
	Бифштекс рубленый	110	27,37	28,38	0,49	366,67	266
	Рагу из овощей	180	3,08	8,66	18,92	166,79	143
	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,10	0,20	3,80	24	71
	Компот из изюма	200	0,58	0,12	28,18	109,66	348
	Хлеб пшеничный в/с	110	8,69	1,10	53,13	234,96	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
	ИТОГО ЗА ОБЕД		1060	49,16	44,70	152,28	1201,18
ПОЛДНИК	Булочка "Веснушка"	75	5,85	4,59	35,85	208,5	429
	Яблоки печеные(без сахара)	50	0,22	0,22	5,41	25,94	372
	Кофейный напиток на молоке	200	2,28	2,12	13,28	79,78	637
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		325	8,35	6,93	54,54	314,22	
УЖИН	Сельдь (филе)	125	21,25	10,62	0,00	181,25	76
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209
	Пюре картофельное	150	3,09	4,80	20,40	137,25	312
	Икра свекольная	75	1,40	5,70	8,45	90,89	35
	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	--
ИТОГО ЗА УЖИН		670	36,60	26,74	82,81	716,25	
УЖИН 2	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	.
ИТОГО ЗА УЖИН 2		125	3,12	3,12	13,75	97,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3130	118,33	106,91	431,70	3153,32	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3130	118,33	106,91	431,70	3153,32	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3130	118,33	106,91	431,70	3153,32	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.