

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

28.12.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

28.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 11							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Каша жидкая молочная из манной крупы со слив, маслом	250/10	7,62	11,60	40,43	297,25	181
	Кофейный напиток с молоком ,	200	3,58	4,12	22,96	143,6	380
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		530	16,81	23,67	97,33	656,47	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (вафли)	45	2,02	13,05	28,35	238,5	17
	Яблоки свежие	206	0,82	0,82	20,19	96,82	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		251	2,84	13,87	48,54	335,32	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой с рыб. прод,	300/30	7,44	4,23	23,19	163,62	101
	Рагу из птицы	263	19,25	16,02	22,85	312,6	289
	Салат из квашеной капусты	100	1,60	5,10	8,24	86,63	47
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	85	6,72	0,85	41,05	181,56	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		1008	39,15	26,92	143,39	957,33	
ПОЛДНИК	Омлет с сыром	110	14,19	16,28	1,90	212	211
	Икра кабачковая консерв,	75	0,85	4,99	5,27	69,11	50
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,37	0,30	14,49	64,08	----
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		415	18,41	21,77	41,86	437,19	
УЖИН	Оладьи из печени	100	18,60	15,31	7,51	261,9	282
	Каша гречневая вязкая со слив, маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,54	257
	Овощи отварные (свекла)	100	1,50	0,10	8,80	42	315
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА УЖИН		610	29,41	20,99	73,23	622,3	
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:		2939	109,74	110,34	418,10	3106,11	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2939	109,74	110,34	418,10	3106,11	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2939	109,74	110,34	418,10	3106,11	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.