

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
29.12.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

29.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 12							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54,6	15
	Каша жидкая молочная ячневая со слив,маслом	200/10	7,38	10,32	39,70	280,56	182
	Какао с молоком сгущенным	180	3,29	2,34	22,57	124,56	383
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		455	18,18	24,83	86,55	632,62	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия(печенье)	35	2,59	3,29	25,58	142,45	19
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		235	3,59	3,49	45,78	234,45	
ОБЕД	Борщ с картофелем с яйцом со смет,	250/20/10	5,27	9,00	18,70	176,6	83
	Тефтели 1-й вариант	120	14,50	13,02	14,42	233,9	278
	Соус томатный	75	0,83	3,10	5,01	51,44	540
	Пюре картофельное	150	3,09	4,80	20,40	137,25	312
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	75	0,60	0,08	1,28	9,75	70
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	...
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		940	31,01	30,98	121,33	877,97	
ПОЛДНИК	Пирожки печеные из дрожжевого теста сдобные с повидлом	75	4,12	3,74	44,42	228	406
	Кисломолочный напиток "Снежок"	205	6,15	5,12	20,50	153,75	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	10,27	8,86	64,92	381,75	
УЖИН	Рыба припущенная	100	14,57	1,11	0,33	89,48	227
	Картофель в молоке	150	3,51	3,72	19,74	126,6	311
	Горох овощной отварной (консерв.)	75	1,51	0,10	3,16	19,5	131
	Чай с лимоном,	200	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,20	9,66	42,72	---
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	Н
ИТОГО ЗА УЖИН		585	24,15	5,61	59,89	404,26	
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:		2620	90,32	76,89	392,22	2628,55	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2620	90,32	76,89	392,22	2628,55	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2620	90,32	76,89	392,22	2628,55	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.