

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
03.02.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

03.02.2024г

| 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 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 50 | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 106,8 | 1 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 460 | 11,61 | 18,07 | 79,00 | 512,22 | |
| 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 макаронными изделиями и картофелем с отвар,говядиной | 250/25 | 8,50 | 6,95 | 14,25 | 163,08 | 112 |
| | Птица, тушенная в соусе | 100 | 11,75 | 12,61 | 3,24 | 173,45 | 444 |
| | Капуста св, тушенная | 150 | 3,06 | 5,52 | 11,83 | 115,5 | 139 |
| | Кукуруза отварная (консерв,) | 100 | 2,20 | 0,40 | 11,20 | 58 | 133 |
| | Компот из смеси сухофруктов, | 180 | 0,05 | 0,00 | 2,61 | 10,01 | 349 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 75 | 5,93 | 0,75 | 36,22 | 160,2 | -- |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,72 | 0,48 | 16,80 | 84 | -- |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 895 | 34,21 | 26,71 | 96,15 | 764,24 | |
| ПОЛДНИК | Яблоки печеные(без сахара) | 100 | 0,44 | 0,44 | 10,82 | 51,89 | 372 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92 | 389 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 300 | 1,44 | 0,64 | 31,02 | 143,89 | |
| УЖИН | Запеканка картофельная с печенью со слив,маслом | 210/8 | 22,13 | 17,91 | 27,30 | 370,8 | 284 |
| | Овощи отварные (свекла) | 75 | 1,12 | 0,08 | 6,60 | 31,5 | 315 |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 0,14 | 0,14 | 27,40 | 107,5 | 342 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | --- |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,72 | 0,48 | 16,80 | 84 | H |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 545 | 27,69 | 18,81 | 87,76 | 636,52 | |
| УЖИН 2 | Кисломолочный напиток "Снежок" | 180 | 5,40 | 4,50 | 18,00 | 135 | 386 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 180 | 5,40 | 4,50 | 18,00 | 135 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 2580 | 86,15 | 73,73 | 321,53 | 2299,87 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2580 | 86,15 | 73,73 | 321,53 | 2299,87 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2580 | 86,15 | 73,73 | 321,53 | 2299,87 | |

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.