

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

04.02.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209
	Суп молочный с кукурузной крупой	250	4,68	5,67	39,53	227,7	121
	Кофейный напиток на молоке	200	2,28	2,12	13,28	79,78	637
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		575	17,69	23,97	87,09	618,95	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	1,00	0,20	20,20	92	
ОБЕД	Рассольник ленинградский со сметаной	300/10	2,73	7,92	14,82	148,14	96
	Гуляш из отварной говядины	150	20,04	21,12	4,90	246	246
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	180	6,62	5,42	31,73	202,14	309
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	100	0,80	0,10	1,70	13	70
	Компот из смеси сухофруктов,	200	0,06	0,00	2,90	11,12	349
	Хлеб пшеничный в/с	110	8,69	1,10	53,13	234,96	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		1100	43,02	36,38	134,38	981,36	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные	170	25,21	11,97	23,39	302,6	218
	Сметана 15%	22	0,57	3,30	0,64	35,2	-
	Чай с сахаром ,,	200	0,40	0,00	10,06	41,72	628
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		392	26,18	15,27	34,09	379,52	
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	120	16,27	9,53	10,37	194,4	235
	Картофель в молоке	180	4,21	4,46	23,69	151,92	311
	Овощи отварные (морковь)	100	1,30	0,10	6,90	35	315
	Кисель из сока плодового	200	0,32	0,06	13,88	58,9	359
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	1
ИТОГО ЗА УЖИН		660	26,18	14,87	80,04	566,22	
УЖИН 2	Яблоки свежие	200	0,80	0,80	19,60	94	338
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	0,80	0,80	19,60	94	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3127	114,87	91,49	375,40	2732,05	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3127	114,87	91,49	375,40	2732,05	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3127	114,87	91,49	375,40	2732,05	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.