

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

10.02.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

10.02.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 13							
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 из гречневой крупы со слив, маслом	200/10	9,10	13,00	35,18	295	183
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		475	16,81	25,17	69,48	562,32	
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 отварная	75	14,62	12,90	0,25	175,59	121
	Капуста св, тушеная	200	4,08	7,36	15,78	154	139
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	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	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		820	35,90	28,44	103,87	815,1	
ПОЛДНИК	Яблоки печеные(без сахара)	100	0,54	0,52	13,52	54	372
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	1,54	0,72	33,72	146	
УЖИН	Запеканка картофельная с мясом	210	24,89	25,87	29,59	438	284
	Кукуруза отварная (консерв,)	100	2,20	0,40	11,20	58	133
	Компот из свежих яблок,	200	0,14	0,14	3,44	16,54	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	--
ИТОГО ЗА УЖИН		570	31,53	27,09	70,69	639,26	
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:		2490	94,70	89,54	301,11	2368,18	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2490	94,70	89,54	301,11	2368,18	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2490	94,70	89,54	301,11	2368,18	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.