

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белусова Т.Я.

13.01.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

13.01.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 13							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы со слив, маслом	250/10	11,35	14,40	43,95	353,25	183
	Чай с сахаром ,,	200	0,40	0,00	10,06	41,72	628
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		555	22,04	31,88	88,01	716,44	
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 карт.	300	3,66	3,51	25,44	149,07	112
	Птица отварная	115	22,42	19,78	0,38	269,24	121
	Капуста св, тушеная	200	4,08	7,36	15,78	154	139
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	105	8,30	1,05	50,71	224,28	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		980	42,60	32,42	140,37	1009,51	
ПОЛДНИК	Кондитерские изделия(печенье)	25	1,85	2,35	18,27	101,75	19
	Яблоки печеные(без сахара)	125	0,68	0,65	16,90	67,5	372
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		350	3,53	3,20	55,37	261,25	
УЖИН	Запеканка картофельная с печенью со слив,маслом	210/8	22,13	17,91	27,30	370,8	284
	Кукуруза отварная (консерв,)	105	2,31	0,42	11,76	60,9	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	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА УЖИН		595	30,24	19,39	77,36	616,96	
УЖИН 2	Кефир 2,5%	210	6,09	5,25	8,40	111,3	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		210	6,09	5,25	8,40	111,3	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2890	110,30	97,14	379,11	2823,46	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2890	110,30	97,14	379,11	2823,46	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2890	110,30	97,14	379,11	2823,46	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.