

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.  
13.01.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

13.01.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 13</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	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	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>495</b>	<b>18,39</b>	<b>25,37</b>	<b>79,14</b>	<b>605,04</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Молоко питьевое пастер,	200	5,80	5,00	9,60	108	385
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>	<b>108</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп с макаронными изделиями и карт.	250	3,05	2,92	21,20	124,22	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	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	55	4,35	0,55	26,56	117,48	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>840</b>	<b>36,67</b>	<b>31,09</b>	<b>101,29</b>	<b>827,17</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Яблоки печеные(без сахара)	100	0,54	0,52	13,52	54	372
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>1,54</b>	<b>0,72</b>	<b>33,72</b>	<b>146</b>	
<b>УЖИН</b>	Запеканка картофельная с печенью со слив,маслом	210/8	22,13	17,91	27,30	370,8	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	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>570</b>	<b>28,77</b>	<b>19,13</b>	<b>68,40</b>	<b>572,06</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Кефир 2,5%	210	6,09	5,25	8,40	111,3	386
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>210</b>	<b>6,09</b>	<b>5,25</b>	<b>8,40</b>	<b>111,3</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2615</b>	<b>97,26</b>	<b>86,56</b>	<b>300,55</b>	<b>2369,57</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2615</b>	<b>97,26</b>	<b>86,56</b>	<b>300,55</b>	<b>2369,57</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2615</b>	<b>97,26</b>	<b>86,56</b>	<b>300,55</b>	<b>2369,57</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.