

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
18.02.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

18.02.2024г

| 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 | Яблоки свежие | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,5 | 338 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92 | 389 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 350 | 1,60 | 0,80 | 34,90 | 162,5 | |
| ОБЕД | Рассольник ленинградский со сметаной | 300/10 | 2,73 | 7,92 | 14,82 | 148,14 | 96 |
| | Гуляш из отварной говядины | 160 | 21,38 | 22,53 | 5,23 | 262,4 | 246 |
| | Макаронные изделия отварные со слив,маслом | 150 | 5,52 | 4,51 | 26,44 | 168,45 | 309 |
| | Овощи натуральные соленые (огурцы) | 85 | 0,68 | 0,09 | 1,45 | 11,05 | 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 | | 1065 | 43,14 | 36,87 | 129,17 | 962,12 | |
| ПОЛДНИК | Вареники ленивые отварные | 170 | 25,21 | 11,97 | 23,39 | 302,6 | 218 |
| | Сметана 15% | 28 | 0,73 | 4,20 | 0,81 | 44,8 | - |
| | Чай с сахаром ,, | 200 | 0,40 | 0,00 | 10,06 | 41,72 | 628 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 398 | 26,34 | 16,17 | 34,26 | 389,12 | |
| 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 | Кисломолочный напиток "Снежок" | 210 | 6,30 | 5,25 | 21,00 | 157,5 | 386 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 210 | 6,30 | 5,25 | 21,00 | 157,5 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 3258 | 121,25 | 97,93 | 386,46 | 2856,41 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 3258 | 121,25 | 97,93 | 386,46 | 2856,41 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 3258 | 121,25 | 97,93 | 386,46 | 2856,41 | |

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.