

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.