

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

03.03.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

03.03.2024г

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 с молоком ,	200	3,58	4,12	22,96	143,6	380
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		575	18,99	25,97	96,77	682,77	
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	120	16,03	16,90	3,92	196,8	246
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	100	0,80	0,10	1,70	13	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		1040	37,91	31,25	128,11	898,47	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные	170	25,21	11,97	23,39	302,6	218
	Сметана 15%	23	0,60	3,45	0,67	36,8	-
	Чай с сахаром ,,	200	0,40	0,00	10,06	41,72	628
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		393	26,21	15,42	34,12	381,12	
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	120	16,27	9,53	10,37	194,4	235
	Картофель отварной	150	2,86	4,30	23,01	142,35	310
	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		630	24,83	14,71	79,36	556,65	
УЖИН 2	Молоко питьевое пастер,	180	5,22	4,50	8,64	97,2	385
ИТОГО ЗА УЖИН 2		180	5,22	4,50	8,64	97,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3168	114,76	92,65	381,90	2778,71	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3168	114,76	92,65	381,90	2778,71	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3168	114,76	92,65	381,90	2778,71	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.