

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

03.03.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

03.03.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 7</b>							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209
	Суп молочный с кукурузной крупой	200	3,74	4,54	31,62	182,16	121
	Кофейный напиток с молоком ,	180	3,22	3,71	20,66	129,24	380
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>480</b>	<b>16,07</b>	<b>20,60</b>	<b>76,84</b>	<b>547,1</b>	
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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>350</b>	<b>1,60</b>	<b>0,80</b>	<b>34,90</b>	<b>162,5</b>	
ОБЕД	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,28	6,60	12,35	123,45	96
	Гуляш из отварной говядины	120	16,03	16,90	3,92	196,8	246
	Рагу из овощей	150	2,57	7,21	15,77	138,99	143
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	75	0,60	0,08	1,28	9,75	70
	Компот из смеси сухофруктов,	180	0,05	0,00	2,61	10,01	349
	Хлеб пшеничный в/с	80	6,32	0,80	38,64	170,88	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>895</b>	<b>30,57</b>	<b>32,07</b>	<b>91,37</b>	<b>733,88</b>	
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	0,20	0,00	10,02	39,82	628
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>393</b>	<b>26,01</b>	<b>15,42</b>	<b>34,08</b>	<b>379,22</b>	
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	100	13,56	7,94	8,64	162	235
	Картофель отварной	150	2,86	4,30	23,01	142,35	310
	Овощи отварные (морковь)	75	0,97	0,08	5,18	26,25	315
	Кисель из сока плодового	180	0,29	0,05	12,49	53,01	359
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>545</b>	<b>20,40</b>	<b>12,85</b>	<b>66,12</b>	<b>467,61</b>	
УЖИН 2	Молоко питьевое пастер,	180	5,22	4,50	8,64	97,2	385
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>180</b>	<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>8,64</b>	<b>97,2</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2843</b>	<b>99,87</b>	<b>86,24</b>	<b>311,95</b>	<b>2387,51</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2843</b>	<b>99,87</b>	<b>86,24</b>	<b>311,95</b>	<b>2387,51</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2843</b>	<b>99,87</b>	<b>86,24</b>	<b>311,95</b>	<b>2387,51</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.