

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
09.03.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

09.03.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 13							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	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	50	3,95	0,50	24,15	106,8	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		460	13,33	20,75	69,48	507,72	
ЗАВТРАК 2	Молоко питьевое пастер,	150	4,35	3,75	7,20	81	385
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	4,35	3,75	7,20	81	
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями и картофелем с отвар,говядиной	250/25	8,50	6,95	14,25	163,08	112
	Птица отварная	100	19,50	17,20	0,33	234,12	121
	Капуста св, тушеная	150	3,06	5,52	11,83	115,5	139
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	75	5,93	0,75	36,22	160,2	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		795	39,76	30,90	100,00	835,13	
ПОЛДНИК	Яблоки печеные(без сахара)	100	0,54	0,52	13,52	54	372
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	1,54	0,72	33,72	146	
УЖИН	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	--
ИТОГО ЗА УЖИН		570	28,77	19,13	68,40	572,06	
УЖИН 2	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	.
ИТОГО ЗА УЖИН 2		125	3,12	3,12	13,75	97,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2400	90,87	78,37	292,55	2239,41	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2400	90,87	78,37	292,55	2239,41	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2400	90,87	78,37	292,55	2239,41	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.