

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.  
10.03.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

10.03.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 14</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Суп молочный с рисовой крупой	260	3,80	4,81	20,88	146,85	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	.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>545</b>	<b>13,03</b>	<b>20,51</b>	<b>77,84</b>	<b>539,12</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Яблоки свежие	184	0,74	0,74	18,03	86,48	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>384</b>	<b>1,74</b>	<b>0,94</b>	<b>38,23</b>	<b>178,48</b>	
<b>ОБЕД</b>	Борщ с картофелем с яйцом со смет,	300/20/10	5,22	9,81	16,62	188,01	83
	Гуляш из отварной говядины	200	26,72	28,16	6,54	328	246
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Овощи отварные (морковь)	100	1,30	0,10	6,90	35	315
	Компот из смеси сухофруктов,	200	0,06	0,00	2,90	11,12	349
	Хлеб пшеничный в/с	105	8,30	1,05	50,71	224,28	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1115</b>	<b>51,20</b>	<b>44,35</b>	<b>135,31</b>	<b>1080,86</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Вареники ленивые отварные	200	29,66	14,08	27,52	356	218
	Сметана 15%	27	0,70	4,05	0,78	43,2	-
	Чай с сахаром ,,	200	0,40	0,00	10,06	41,72	628
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>427</b>	<b>30,76</b>	<b>18,13</b>	<b>38,36</b>	<b>440,92</b>	
<b>УЖИН</b>	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 натуральные соленые (огурцы)	100	0,80	0,10	1,70	13	70
	Кисель из яблок	200	0,12	0,10	18,82	75,34	352
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>630</b>	<b>24,13</b>	<b>14,75</b>	<b>79,10</b>	<b>551,09</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	.
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>125</b>	<b>3,12</b>	<b>3,12</b>	<b>13,75</b>	<b>97,5</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>3226</b>	<b>123,98</b>	<b>101,80</b>	<b>382,59</b>	<b>2887,97</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>3226</b>	<b>123,98</b>	<b>101,80</b>	<b>382,59</b>	<b>2887,97</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>3226</b>	<b>123,98</b>	<b>101,80</b>	<b>382,59</b>	<b>2887,97</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.