

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
19.03.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

19.03.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54,6	15
	Каша жидкая молочная пшённая со слив,маслом	200/10	7,58	11,08	37,52	279,64	182
	Чай с лимоном,	200	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		475	15,35	23,25	72,00	549,1	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия(печенье)	35	2,59	3,29	25,58	142,45	19
	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		385	4,19	4,09	60,48	304,95	
ОБЕД	Щи из св, капусты с картофелем,с отвар,гов, со смет,	250/25/10	9,62	11,73	9,88	184,9	88
	Плов из птицы	225	15,95	10,06	41,02	335,93	291
	Икра свекольная	75	1,78	7,65	17,15	138,98	75
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	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	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		850	36,44	30,72	144,06	992,92	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	100	11,81	12,33	13,80	212,68	223
	Повидло фруктовое	20	0,00	0,00	10,00	40	-
	Кефир 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	95,4	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	17,03	16,83	31,00	348,08	
УЖИН	Биточки паровые из говядины	100	14,40	12,60	9,50	183,5	281
	Соус томатный	75	0,83	3,10	5,01	51,44	540
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Кукуруза отварная (консерв,)	105	2,31	0,42	11,76	60,9	133
	Компот из свежих яблок,	200	0,14	0,14	3,44	16,54	342
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		670	25,92	21,25	72,95	564,83	
УЖИН 2	Молоко питьевое пастер,	150	4,35	3,75	7,20	81	385
ИТОГО ЗА УЖИН 2		150	4,35	3,75	7,20	81	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2830	103,28	99,89	387,69	2840,88	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2830	103,28	99,89	387,69	2840,88	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2830	103,28	99,89	387,69	2840,88	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.