

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
21.03.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

21.03.2024г

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------------------|---|-------------|------------------|---------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 11 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Масло (порциями) | 15 | 0,12 | 10,88 | 0,19 | 99,15 | 14 |
| | Каша жидкая молочная пшеничная со слив,маслом | 250/10 | 10,05 | 10,92 | 48,92 | 324,52 | 182 |
| | 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 | | 535 | 19,28 | 26,62 | 105,88 | 716,79 | |
| ЗАВТРАК 2 | Кондитерские изделия (сушка) | 43 | 3,70 | 2,19 | 30,87 | 159,1 | 20 |
| | Яблоки свежие | 185 | 0,74 | 0,74 | 18,13 | 86,95 | 338 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 228 | 4,44 | 2,93 | 49,00 | 246,05 | |
| ОБЕД | Суп картофельный с крупой с рыб. прод, | 300/30 | 7,44 | 4,23 | 23,19 | 163,62 | 101 |
| | Рагу из птицы | 263 | 19,25 | 16,02 | 22,85 | 312,6 | 289 |
| | Салат из квашеной капусты | 105 | 1,68 | 5,35 | 8,65 | 90,96 | 47 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,06 | 0,00 | 22,86 | 86,92 | 349 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 80 | 6,32 | 0,80 | 38,64 | 170,88 | -- |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4,08 | 0,72 | 25,20 | 126 | -- |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 1008 | 38,83 | 27,12 | 141,39 | 950,98 | |
| ПОЛДНИК | Омлет с сыром | 110 | 14,19 | 16,28 | 1,90 | 212 | 211 |
| | Икра кабачковая консерв, | 75 | 0,85 | 4,99 | 5,27 | 69,11 | 50 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92 | 389 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | ---- |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 415 | 18,41 | 21,77 | 41,86 | 437,19 | |
| УЖИН | Оладьи из печени | 100 | 18,60 | 15,31 | 7,51 | 261,9 | 282 |
| | Каша гречневая вязкая со слив, маслом | 150/5 | 4,77 | 4,86 | 21,48 | 148,54 | 257 |
| | Кукуруза отварная (консерв,) | 95 | 2,09 | 0,38 | 10,64 | 55,1 | 133 |
| | Чай с лимоном, | 200 | 0,46 | 0,00 | 10,24 | 43,86 | 377 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4,08 | 0,72 | 25,20 | 126 | -- |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 605 | 30,00 | 21,27 | 75,07 | 635,4 | |
| УЖИН 2 | Кефир 2,5% | 190 | 5,51 | 4,75 | 7,60 | 100,7 | 386 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 190 | 5,51 | 4,75 | 7,60 | 100,7 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 2981 | 116,47 | 104,46 | 420,80 | 3087,11 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2981 | 116,47 | 104,46 | 420,80 | 3087,11 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2981 | 116,47 | 104,46 | 420,80 | 3087,11 | |

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.