

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.