

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
 21.03.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

21.03.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 11							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Каша жидкая молочная пшеничная со слив, маслом	200/10	8,06	10,20	39,16	272,84	172
	Кофейный напиток с молоком ,	180	3,22	3,71	20,66	129,24	380
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	15,31	21,66	84,10	574,98	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие	185	0,74	0,74	18,13	86,95	338
	Кондитерские изделия (сушка)	35	3,01	1,78	25,13	129,5	20
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		220	3,75	2,52	43,26	216,45	
ОБЕД							
	Суп картофельный с крупой с рыб. прод,	250/25	7,05	3,55	19,92	139,48	101
	Рагу из птицы	263	19,25	16,02	22,85	312,6	289
	Салат из квашеной капусты	75	1,20	3,82	6,18	64,97	47
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	..
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		858	34,22	24,37	110,47	786,08	
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,)	75	1,65	0,30	8,40	43,5	133
	Чай с лимоном,	200	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		565	28,00	20,95	64,39	579,9	
УЖИН 2	Кефир 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	95,4	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		180	5,22	4,50	7,20	95,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2678	104,91	95,77	351,28	2690	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2678	104,91	95,77	351,28	2690	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2678	104,91	95,77	351,28	2690	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.