

УТВЕРЖДАЮ

И.о.директора ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Макарова Е.Ю.

08.05.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

08.05.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы со слив, маслом	200/10	9,10	13,00	35,18	295	183
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		460	13,33	20,75	69,48	507,72	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (в ассортименте)	45	7,20	0,45	31,50	150,98	-
	Бананы свеж,	208	3,12	1,04	43,68	199,68	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		453	11,32	1,69	95,38	442,66	
ОБЕД	Суп картофельный с клецками со смет,	250/10	3,80	7,35	19,15	160,45	108
	Жаркое по-домашнему	200	24,16	21,10	17,28	355,02	259
	Салат из квашеной капусты	75	1,20	3,82	6,18	64,97	47
	Компот из изюма	180	0,52	0,11	25,36	98,69	348
	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		795	36,35	33,36	108,92	869,93	
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
	Кофейный напиток с молоком ,	180	3,22	3,71	20,66	129,24	380
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,37	0,30	14,49	64,08	----
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		395	20,63	25,28	42,32	474,43	
УЖИН	Сельдь (филе)	90	15,30	7,65	0,00	130,5	76
	Картофель отварной	150	2,86	4,30	23,01	142,35	310
	Кукуруза отварная (консерв,)	75	1,65	0,30	8,40	43,5	133
	Компот из свежих яблок,	200	0,14	0,14	3,44	16,54	342
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,20	9,66	42,72	---
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		575	24,25	13,07	61,31	459,61	
УЖИН 2	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	.
ИТОГО ЗА УЖИН 2		125	3,12	3,12	13,75	97,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2803	109,00	97,27	391,16	2851,85	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2803	109,00	97,27	391,16	2851,85	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2803	109,00	97,27	391,16	2851,85	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.