

УТВЕРЖДАЮ

И.о.директора ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Макарова Е.Ю.

14.05.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

14.05.2024г

| Прием пищи                         | Наименование блюда                                   | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                                    |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 9</b>                      |  |             |                  |              |               |                         |             |
| 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 сахаром ,                                      | 200         | 0,20             | 0,00         | 10,02         | 39,82                   | 628         |
|                                    | Хлеб пшеничный в/с                                   | 50          | 3,95             | 0,50         | 24,15         | 106,8                   | .           |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>            |  | <b>475</b>  | <b>15,29</b>     | <b>23,25</b> | <b>71,82</b>  | <b>546,96</b>           |             |
| ЗАВТРАК 2                          | Кондитерские изделия (в ассортименте)                | 45          | 7,20             | 0,45         | 31,50         | 150,98                  | -           |
|                                    | Яблоки свежие  | 185         | 0,74             | 0,74         | 18,13         | 86,95                   | 338         |
|                                    | Сок фруктовый  | 200         | 1,00             | 0,20         | 20,20         | 92                      | 389         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>          |  | <b>430</b>  | <b>8,94</b>      | <b>1,39</b>  | <b>69,83</b>  | <b>329,93</b>           |             |
| 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         |
|                                    | Овощи натуральные соленые (помидоры)                 | 75          | 0,83             | 0,08         | 1,20          | 9,75                    | 70          |
|                                    | 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                      | --          |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>               |  | <b>850</b>  | <b>35,49</b>     | <b>23,15</b> | <b>128,11</b> | <b>863,69</b>           |             |
| ПОЛДНИК                            | Запеканка из творога                                 | 105         | 12,40            | 12,95        | 14,49         | 223,31                  | 223         |
|                                    | Повидло фруктовое                                    | 20          | 0,00             | 0,00         | 10,00         | 40                      | -           |
|                                    | Кефир 2,5%   | 180         | 5,22             | 4,50         | 7,20          | 95,4                    | 386         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>            |  | <b>305</b>  | <b>17,62</b>     | <b>17,45</b> | <b>31,69</b>  | <b>358,71</b>           |             |
| УЖИН                               | Печень по-строгановски                               | 100         | 13,26            | 11,23        | 3,52          | 185                     | 255         |
|                                    | Макаронные изделия отварные                          | 150         | 5,52             | 4,51         | 26,44         | 168,45                  | 309         |
|                                    | 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                      | --          |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>               |  | <b>585</b>  | <b>24,87</b>     | <b>16,86</b> | <b>68,26</b>  | <b>540,21</b>           |             |
| УЖИН 2                             | Молоко питьевое пастер,                              | 200         | 5,80             | 5,00         | 9,60          | 108                     | 385         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>             |  | <b>200</b>  | <b>5,80</b>      | <b>5,00</b>  | <b>9,60</b>   | <b>108</b>              |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>              |  | <b>2845</b> | <b>108,01</b>    | <b>87,10</b> | <b>379,31</b> | <b>2747,5</b>           |             |
| <b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>       |  | <b>2845</b> | <b>108,01</b>    | <b>87,10</b> | <b>379,31</b> | <b>2747,5</b>           |             |
| <b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b> |  | <b>2845</b> | <b>108,01</b>    | <b>87,10</b> | <b>379,31</b> | <b>2747,5</b>           |             |

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.