

УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Макарова Е.Ю.
17.05.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

17.05.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 12							
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 из манной крупы со слив, маслом	200/10	5,80	10,20	30,80	239	181
	Какао с молоком сгущенным	180	3,29	2,34	22,57	124,56	383
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		455	16,60	24,71	77,65	591,06	
ЗАВТРАК 2	Бананы свеж,	245	3,68	1,23	51,45	235,2	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		445	4,68	1,43	71,65	327,2	
ОБЕД	Борщ со св, капустой и картофелем	250	2,62	6,73	15,62	133,55	82
	Тефтели 1-й вариант	120	14,50	13,02	14,42	233,9	278
	Соус томатный	75	0,83	3,10	5,01	51,44	540
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Икра кабачковая	75	1,06	4,02	5,78	64,31	73
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	65	5,14	0,65	31,39	138,84	...
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		955	32,44	32,51	136,03	952,72	
ПОЛДНИК	Сырники из творога	100	16,80	12,55	12,08	227,78	219
	Повидло фруктовое	20	0,00	0,00	10,00	40	-
	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	106	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	22,60	17,55	30,08	373,78	
УЖИН	Рыба припущенная (горбуша)	130	33,12	10,49	0,43	227,81	227
	Картофель в молоке	150	3,51	3,72	19,74	126,6	311
	Горох овощной отварной (консерв,)	75	1,51	0,10	3,16	19,5	131
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,20	9,66	42,72	---
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	Н
ИТОГО ЗА УЖИН		615	42,64	14,99	59,81	540,45	
УЖИН 2	Молоко питьевое пастер,	180	5,22	4,50	8,64	97,2	385
ИТОГО ЗА УЖИН 2		180	5,22	4,50	8,64	97,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2970	124,18	95,69	383,86	2882,41	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2970	124,18	95,69	383,86	2882,41	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2970	124,18	95,69	383,86	2882,41	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.