

УТВЕРЖДАЮ

И.о.директора ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Макарова Е.Ю.

20.05.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

20.05.2024г

категория: Дети 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15
	Омлет натуральный	159	16,60	18,56	3,08	245,15	210
	Кукуруза отварная (консерв.)	100	2,20	0,40	11,20	58	133
	Кофейный напиток с молоком ,	200	3,58	4,12	22,96	143,6	380
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	128,16	.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>554</b>	<b>31,88</b>	<b>40,46</b>	<b>66,41</b>	<b>746,86</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Бананы свеж,	245	3,68	1,23	51,45	235,2	338
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>245</b>	<b>3,68</b>	<b>1,23</b>	<b>51,45</b>	<b>235,2</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с бобовыми с птицей	300/30	12,00	11,73	19,95	236,13	102
	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай)	220	17,51	11,02	10,41	233,38	229
	Пюре картофельное	150	3,09	4,80	20,40	137,25	312
	Овощи натуральные свежие (огурцы)	82	0,66	0,08	2,05	11,48	71
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	110	8,69	1,10	53,13	234,96	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1122</b>	<b>46,09</b>	<b>29,45</b>	<b>154,00</b>	<b>1066,12</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Пирожки печеные из дрожжевого теста сдобные с повидлом	100	5,50	4,99	59,23	304	406
	Яблоки печеные(без сахара)	50	0,22	0,22	5,41	25,94	372
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>350</b>	<b>6,72</b>	<b>5,41</b>	<b>84,84</b>	<b>421,94</b>	
<b>УЖИН</b>	Котлеты из говядины	100	16,42	16,94	14,18	278	268
	Соус томатный	75	0,83	3,10	5,01	51,44	540
	Каша гречневая вязкая со слив, маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,54	257
	Капуста свежая тушенная	75	1,53	2,76	5,92	57,75	139
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>660</b>	<b>28,09</b>	<b>28,38</b>	<b>82,03</b>	<b>705,59</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Молоко питьевое пастер,	150	4,35	3,75	7,20	81	385
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>7,20</b>	<b>81</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>3081</b>	<b>120,81</b>	<b>108,68</b>	<b>445,93</b>	<b>3256,71</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>3081</b>	<b>120,81</b>	<b>108,68</b>	<b>445,93</b>	<b>3256,71</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>3081</b>	<b>120,81</b>	<b>108,68</b>	<b>445,93</b>	<b>3256,71</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.