

УТВЕРЖДАЮ

И.о.директора ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Макарова Е.Ю.

21.05.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

21.05.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15
	Каша жидкая молочная из манной крупы со слив, маслом	250/10	7,62	11,60	40,43	297,25	181
	Какао с молоком сгущенным	200	3,66	2,60	25,08	138,4	383
	Хлеб пшеничный в/с	75	5,93	0,75	36,22	160,2	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	21,97	31,73	101,92	767,8	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (зефир)	43	0,34	0,04	34,31	140,18	21
	Яблоки свежие	170	0,68	0,68	16,66	79,9	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		413	2,02	0,92	71,17	312,08	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем, с отвар, мясом со смет,	300/30/10	12,09	13,80	13,89	229,11	88
	Плов из птицы	300	21,27	13,41	54,69	447,9	291
	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	4,12	7,29	72,9	53
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	105	8,30	1,05	50,71	224,28	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		1065	47,45	33,10	174,64	1187,11	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	105	12,40	12,95	14,49	223,31	223
	Повидло фруктовое	25	0,00	0,00	12,50	50	-
	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	106	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	18,20	17,95	34,99	379,31	
УЖИН	Оладьи из печени	80	14,88	12,25	6,01	209,52	282
	Картофель в молоке	150	3,51	3,72	19,74	126,6	311
	Овощи натуральные свежие (помидоры)	95	1,05	0,19	3,61	22,8	71
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА УЖИН		585	23,98	16,88	64,80	528,78	
УЖИН 2	Кисель молочный.	200	4,06	3,50	19,52	125,84	361
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	4,06	3,50	19,52	125,84	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3153	117,68	104,08	467,04	3300,92	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3153	117,68	104,08	467,04	3300,92	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3153	117,68	104,08	467,04	3300,92	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.