

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

Макарова Е.Ю.
22.05.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

22.05.2024г

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
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54,6	15
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы со слив, маслом	200/10	9,10	13,00	35,18	295	183
	Чай с лимоном,	200	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		475	16,87	25,17	69,66	564,46	
ЗАВТРАК 2	Груши свежие	225	0,90	0,68	23,18	105,75	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		425	1,90	0,88	43,38	197,75	
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	250	3,55	4,60	18,80	144,25	108
	Жаркое по-домашнему	200	24,16	21,10	17,28	355,02	259
	Икра кабачковая	87	1,23	4,66	6,71	74,6	73
	Компот из изюма	180	0,52	0,11	25,36	98,69	348
	Хлеб пшеничный в/с	80	6,32	0,80	38,64	170,88	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		837	38,50	31,75	123,59	927,44	
ПОЛДНИК	Булочка "Веснушка"	75	5,85	4,59	35,85	208,5	429
	Яблоки печеные(без сахара)	50	0,22	0,22	5,41	25,94	372
	Кофейный напиток на молоке	180	2,05	1,91	11,95	71,8	637
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		305	8,12	6,72	53,21	306,24	
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	Кефир 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	95,4	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		180	5,22	4,50	7,20	95,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2797	94,86	82,09	358,35	2550,9	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2797	94,86	82,09	358,35	2550,9	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2797	94,86	82,09	358,35	2550,9	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.