

УТВЕРЖДАЮ

И.о.директора ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Макарова Е.Ю.

23.05.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

23.05.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Каша жидкая молочная кукурузная со слив,маслом	250/10	7,85	10,97	49,12	326,03	182
	Какао с молоком сгущенным	200	3,66	2,60	25,08	138,4	383
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		535	17,16	25,15	108,20	713,1	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия(печенье)	42	3,11	3,95	30,70	170,94	19
	Яблоки свежие	185	0,74	0,74	18,13	86,95	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		427	4,85	4,89	69,03	349,89	
ОБЕД	Суп картофельный с рыб. консервами	300/30	8,25	4,23	26,40	175,95	201
	Печень по-строгановски	155	20,55	17,41	5,46	286,75	255
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Овощи натуральные свежие (огурцы)	110	0,88	0,11	2,75	15,4	71
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	80	6,32	0,80	38,64	170,88	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		1055	45,66	27,78	147,75	1030,35	
ПОЛДНИК	Омлет с сыром	55	7,09	8,14	0,95	106	211
	Икра кабачковая консерв,	110	1,25	7,32	7,73	101,37	50
	Чай с молоком	200	1,76	1,62	10,62	66,14	378
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,37	0,30	14,49	64,08	----
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		395	12,47	17,38	33,79	337,59	
УЖИН	Птица отварная	90	17,55	15,48	0,30	210,71	121
	Рагу из овощей	150	2,57	7,21	15,77	138,99	143
	Горох овощной отварной (консерв.)	100	2,01	0,13	4,22	26	131
	Кисель из яблок	200	0,12	0,10	18,82	75,34	352
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,20	9,66	42,72	---
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА УЖИН		620	27,91	23,84	73,97	619,76	
УЖИН 2	Йогурт 2,5%	100	2,50	2,50	11,00	78	.
ИТОГО ЗА УЖИН 2		100	2,50	2,50	11,00	78	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3132	110,55	101,54	443,74	3128,69	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3132	110,55	101,54	443,74	3128,69	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3132	110,55	101,54	443,74	3128,69	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.