

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

10.10.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

10.10.2023г

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 пшённая со слив,маслом	250/10	9,45	12,02	46,88	333,03	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		555	23,40	32,10	105,96	792,9	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия(печенье)	40	2,96	3,76	29,24	162,8	19
	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,5	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		390	4,56	4,56	64,14	325,3	
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
	Икра баклажанная	80	1,33	4,58	5,29	68,12	33
	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
ИТОГО ЗА ОБЕД		1050	47,52	33,61	175,06	1193,01	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	75	8,86	9,25	10,35	159,51	223
	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,6	11
	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	106	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		295	16,10	15,95	29,45	331,11	
УЖИН	Оладьи из печени	100	18,60	15,31	7,51	261,9	282
	Картофель в молоке	180	4,21	4,46	23,69	151,92	311
	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,10	0,20	3,80	24	71
	Чай с лимоном,	200/10/7	0,46	0,00	10,24	43,86	377
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА УЖИН		640	28,45	20,69	70,44	607,68	
УЖИН 2	Кисель молочный	200	4,06	3,50	22,52	137,22	361
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	4,06	3,50	22,52	137,22	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3130	124,09	110,41	467,57	3387,22	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3130	124,09	110,41	467,57	3387,22	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3130	124,09	110,41	467,57	3387,22	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.