

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
10.10.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

10.10.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
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 пшённая со слив,маслом	200/10	7,58	11,08	37,52	279,64	182
	Какао с молоком сгущенным	180	3,29	2,34	22,57	124,56	383
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		455	18,38	25,59	84,37	631,7	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия(печенье)	35	2,59	3,29	25,58	142,45	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		385	4,19	4,09	60,48	304,95	
ОБЕД	Щи из св, капусты с картофелем,с отвар,гов, со смет,	250/25/10	10,28	11,78	12,22	196,73	88
	Плов из птицы	225	15,95	10,06	41,02	335,93	291
	Икра баклажанная	75	1,24	4,29	4,96	63,86	33
	Хлеб пшеничный в/с	80	6,32	0,80	38,64	170,88	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	1
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
ИТОГО ЗА ОБЕД		850	36,56	27,41	134,21	929,63	
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%	180	5,22	4,50	7,20	95,4	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		275	15,52	15,45	28,65	320,51	
УЖИН	Оладьи из печени	100	18,60	15,31	7,51	261,9	282
	Картофель в молоке	150	3,51	3,72	19,74	126,6	311
	Овощи натуральные свежие (помидоры)	75	0,83	0,15	2,85	18	71
	Чай с лимоном,	200/10/7	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		565	25,92	19,66	57,10	532,46	
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:		2730	104,63	95,70	387,33	2856,47	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2730	104,63	95,70	387,33	2856,47	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2730	104,63	95,70	387,33	2856,47	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.