

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

15.10.2023г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

15.10.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 7</b>							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Суп молочный с кукурузной крупой	250	4,88	4,75	19,18	139,4	121
	Кофейный напиток с молоком ,	200	3,58	4,12	22,96	143,6	380
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>535</b>	<b>14,11</b>	<b>20,45</b>	<b>76,14</b>	<b>531,67</b>	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,5	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>350</b>	<b>1,60</b>	<b>0,80</b>	<b>34,90</b>	<b>162,5</b>	
ОБЕД	Суп картофельный с рисом со смет,	300/15	2,46	5,70	23,07	155,13	101
	Гуляш из отварной говядины	150	20,04	21,12	4,90	246	246
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	180	6,62	5,42	31,73	202,14	309
	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,80	0,10	2,50	14	71
	Компот из смеси сухофруктов,	200	0,06	0,00	2,90	11,12	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
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1095</b>	<b>42,36</b>	<b>34,11</b>	<b>141,01</b>	<b>978,67</b>	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные	165	24,47	11,62	22,70	293,7	218
	Чай с лимоном,	200/10/7	0,46	0,00	10,24	43,86	377
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>365</b>	<b>24,93</b>	<b>11,62</b>	<b>32,94</b>	<b>337,56</b>	
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	120	16,27	9,53	10,37	194,4	235
	Картофель в молоке	180	4,21	4,46	23,69	151,92	311
	Кукуруза отварная (консерв,)	100	2,20	0,40	11,20	58	133
	Кисель из сока плодового	200	0,32	0,06	13,88	58,9	359
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>660</b>	<b>27,08</b>	<b>15,17</b>	<b>84,34</b>	<b>589,22</b>	
УЖИН 2	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	.
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>125</b>	<b>3,12</b>	<b>3,12</b>	<b>13,75</b>	<b>97,5</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>3130</b>	<b>113,20</b>	<b>85,27</b>	<b>383,08</b>	<b>2697,12</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>3130</b>	<b>113,20</b>	<b>85,27</b>	<b>383,08</b>	<b>2697,12</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>3130</b>	<b>113,20</b>	<b>85,27</b>	<b>383,08</b>	<b>2697,12</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.