

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
 19.10.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

19.10.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 11							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Каша жидкая молочная пшеничная со слив,маслом	250/10	10,05	10,92	48,92	324,52	182
	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	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		535	19,28	26,62	105,88	716,79	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,5	338
	Кондитерские изделия (зефир)	40	0,32	0,04	31,92	130,4	21
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		190	0,92	0,64	46,62	200,9	
ОБЕД	Суп картофельный с пшеном	300	3,00	3,63	23,19	137,22	101
	Рагу из птицы	263	19,25	16,02	22,85	312,6	289
	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	80	6,32	0,80	38,64	170,88	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		983	34,04	25,75	138,03	901,74	
ПОЛДНИК	Омлет с сыром	110	14,19	16,28	1,90	212	211
	Икра кабачковая консерв,	75	0,85	4,99	5,27	69,11	50
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,37	0,30	14,49	64,08	----
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		415	18,41	21,77	41,86	437,19	
УЖИН	Оладьи из печени	100	18,60	15,31	7,51	261,9	282
	Каша гречневая вязкая со слив, маслом	180/6	5,72	5,83	25,78	178,25	257
	Фасоль овощная отварная (консерв,)	100	6,10	0,00	14,90	84	132
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА УЖИН		640	34,96	21,86	83,63	694,01	
УЖИН 2	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	.
ИТОГО ЗА УЖИН 2		125	3,12	3,12	13,75	97,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2888	110,73	99,76	429,77	3048,13	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2888	110,73	99,76	429,77	3048,13	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2888	110,73	99,76	429,77	3048,13	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.