

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
21.10.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

21.10.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 13							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы со слив, маслом	250/10	11,35	14,40	43,95	353,25	183
	Чай с сахаром ,,	200	0,40	0,00	10,06	41,72	628
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		535	17,40	25,98	88,01	643,64	
ЗАВТРАК 2	Молоко питьевое пастер,	200	5,80	5,00	9,60	108	385
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	5,80	5,00	9,60	108	
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями и картофелем с отв,мясом	300/30	12,84	9,54	25,44	239,94	112
	Птица отварная	82	15,99	14,10	0,27	191,98	121
	Капуста св, тушеная	200	4,08	7,36	15,78	154	139
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	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
ИТОГО ЗА ОБЕД		947	45,35	32,77	140,26	1023,12	
ПОЛДНИК	Кондитерские изделия(печенье)	25	1,85	2,35	18,27	101,75	19
	Яблоки печенье(без сахара)	130	0,70	0,68	17,58	70,2	372
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		355	3,55	3,23	56,05	263,95	
УЖИН	Запеканка картофельная с печенью со слив,маслом	210/8	22,13	17,91	27,30	370,8	284
	Кукуруза отварная (консерв,)	100	2,20	0,40	11,20	58	133
	Компот из свежих яблок,	200	0,14	0,14	3,44	16,54	342
	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		590	30,13	19,37	76,80	614,06	
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:		2752	105,35	89,47	384,47	2750,27	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2752	105,35	89,47	384,47	2750,27	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2752	105,35	89,47	384,47	2750,27	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.