

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

22.10.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

22.10.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 14							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Суп молочный с рисовой крупой	200	2,92	3,70	16,06	112,96	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	.
	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,5	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		630	12,71	16,37	87,66	542,68	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	1,00	0,20	20,20	92	
ОБЕД	Борщ с картофелем с яйцом со смет,	250/20/10	5,27	9,00	18,70	176,6	83
	Бефстроганов из отварного мяса говядины	165	23,17	22,65	9,36	334,31	2,9
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Овощи натуральные свежие (огурцы)	75	0,60	0,08	1,88	10,5	71
	Компот из свежих яблок,	200	0,14	0,14	3,44	16,54	342
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	128,16	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		940	42,16	37,46	105,60	918,56	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные	170	25,21	11,97	23,39	302,6	218
	Сметана 15%	15	0,39	2,25	0,44	24	-
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		385	25,80	14,22	33,85	366,42	
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	100	13,56	7,94	8,64	162	235
	Картофель отварной	150	2,86	4,30	23,01	142,35	310
	Овощи натуральные свежие (помидоры)	75	0,83	0,15	2,85	18	71
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		565	20,17	12,87	61,32	446,17	
УЖИН 2	Кисель из сока плодового	200	0,32	0,06	13,88	58,9	359
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	0,32	0,06	13,88	58,9	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2920	102,16	81,18	322,51	2424,73	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2920	102,16	81,18	322,51	2424,73	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2920	102,16	81,18	322,51	2424,73	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.