

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
24.10.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

24.10.2023г

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 (сушка)	35	3,01	1,78	25,13	129,5	20
	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	4,61	2,58	60,03	292	
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
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	82	6,48	0,82	39,61	175,15	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		852	36,72	27,43	135,18	933,9	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	100	11,81	12,33	13,80	212,68	223
	Повидло фруктовое	20	0,00	0,00	10,00	40	-
	Кефир 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	95,4	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	17,03	16,83	31,00	348,08	
УЖИН	Оладьи из печени	75	13,95	11,48	5,63	196,42	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	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		540	21,27	15,83	55,22	466,98	
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:		2732	102,07	91,76	388,32	2809,88	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2732	102,07	91,76	388,32	2809,88	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2732	102,07	91,76	388,32	2809,88	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.