

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

27.10.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

27.10.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	24	5,57	7,08	0,00	87,36	15
	Каша жидкая молочная из манной крупы со слив, маслом	250/10	7,62	11,60	40,43	297,25	181
	Чай с лимоном,	200	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		544	18,98	19,38	84,44	576,09	
ЗАВТРАК 2	Груши свежие	208	0,83	0,62	21,42	97,76	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		408	1,83	0,82	41,62	189,76	
ОБЕД	Борщ с картофелем с яйцом	300/20	4,71	8,52	18,45	168,66	83
	Котлеты из свинины	100	16,42	16,94	14,18	278	268
	Соус томатный	75	0,83	3,10	5,01	51,44	540
	Каша гречневая вязкая со слив, маслом	180/6	5,72	5,83	25,78	178,25	257
	Икра кабачковая	90	1,27	4,82	6,94	77,18	73
	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		1085	39,41	40,73	157,06	1137,33	
ПОЛДНИК	Сырники из творога	100	16,80	12,55	12,08	227,78	219
	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,6	11
	Йогурт 2,5%	10	0,25	0,25	1,10	7,8	.
	Кисломолочный напиток "Снежок"	150	4,50	3,75	15,00	112,5	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	22,99	18,25	39,28	413,68	
УЖИН	Рыба припущенная (минтай)	140	20,40	1,55	0,46	125,27	227
	Пюре картофельное	180	3,71	5,76	24,48	164,7	312
	Овощи натуральные свежие (огурцы)	150	1,20	0,15	3,75	21	71
	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		750	31,11	8,52	66,99	496,23	
УЖИН 2	Кондитерские изделия(печенье)	25	1,85	2,35	18,27	101,75	19
	Чай с молоком	200	1,66	1,24	12,42	66,82	378
ИТОГО ЗА УЖИН 2		225	3,51	3,59	30,69	168,57	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3292	117,83	91,29	420,08	2981,66	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3292	117,83	91,29	420,08	2981,66	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3292	117,83	91,29	420,08	2981,66	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.