

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

11.01.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

11.01.2024г

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	Кондитерские изделия (зефир)	43	0,34	0,04	34,31	140,18	21
	Яблоки свежие	185	0,74	0,74	18,13	86,95	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		228	1,08	0,78	52,44	227,13	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой с рыб. прод,	300/30	7,44	4,23	23,19	163,62	101
	Рагу из птицы	263	19,25	16,02	22,85	312,6	289
	Салат из квашеной капусты	95	1,52	4,84	7,83	82,3	47
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	85	6,72	0,85	41,05	181,56	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		1003	39,07	26,66	142,98	953	
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	150/5	4,77	4,86	21,48	148,54	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		610	34,01	20,89	79,33	664,3	
УЖИН 2	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	106	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	5,80	5,00	8,00	106	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2991	117,65	101,72	430,49	3104,41	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2991	117,65	101,72	430,49	3104,41	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2991	117,65	101,72	430,49	3104,41	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.