

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

11.01.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

11.01.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 11</b>							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Каша жидкая молочная пшеничная со слив, маслом	200/10	8,06	10,20	39,16	272,84	172
	Кофейный напиток с молоком ,	180	3,22	3,71	20,66	129,24	380
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>440</b>	<b>15,31</b>	<b>21,66</b>	<b>84,10</b>	<b>574,98</b>	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (зефир)	35	0,28	0,04	27,93	114,1	21
	Яблоки свежие	185	0,74	0,74	18,13	86,95	338
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>220</b>	<b>1,02</b>	<b>0,78</b>	<b>46,06</b>	<b>201,05</b>	
ОБЕД	Суп картофельный с пшеном	250	2,68	3,05	19,92	117,48	101
	Рагу из птицы	263	19,25	16,02	22,85	312,6	289
	Салат из квашеной капусты	75	1,20	3,82	6,18	64,97	47
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	55	4,35	0,55	26,56	117,48	..
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>863</b>	<b>30,25</b>	<b>23,92</b>	<b>112,88</b>	<b>774,76</b>	
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	----
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>415</b>	<b>18,41</b>	<b>21,77</b>	<b>41,86</b>	<b>437,19</b>	
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,)	75	4,57	0,00	11,17	63	132
	Чай с лимоном,	200	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>565</b>	<b>30,92</b>	<b>20,65</b>	<b>67,16</b>	<b>599,4</b>	
УЖИН 2	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	106	386
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>106</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2703</b>	<b>101,71</b>	<b>93,78</b>	<b>360,06</b>	<b>2693,38</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2703</b>	<b>101,71</b>	<b>93,78</b>	<b>360,06</b>	<b>2693,38</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2703</b>	<b>101,71</b>	<b>93,78</b>	<b>360,06</b>	<b>2693,38</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.