

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
13.01.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

13.01.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 13							
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 из гречневой крупы со слив, маслом	200/10	9,10	13,00	35,18	295	183
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		495	18,39	25,37	79,14	605,04	
ЗАВТРАК 2	Молоко питьевое пастер,	200	5,80	5,00	9,60	108	385
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	5,80	5,00	9,60	108	
ОБЕД							
	Суп с макаронными изделиями и карт.	250	3,05	2,92	21,20	124,22	112
	Птица отварная	115	22,42	19,78	0,38	269,24	121
	Капуста св, тушеная	200	4,08	7,36	15,78	154	139
	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	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		840	36,67	31,09	101,29	827,17	
ПОЛДНИК							
	Яблоки печеные(без сахара)	100	0,54	0,52	13,52	54	372
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	1,54	0,72	33,72	146	
УЖИН							
	Запеканка картофельная с печенью со слив,маслом	210/8	22,13	17,91	27,30	370,8	284
	Кукуруза отварная (консерв,)	100	2,20	0,40	11,20	58	133
	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	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		570	28,77	19,13	68,40	572,06	
УЖИН 2	Кефир 2,5%	210	6,09	5,25	8,40	111,3	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		210	6,09	5,25	8,40	111,3	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2615	97,26	86,56	300,55	2369,57	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2615	97,26	86,56	300,55	2369,57	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2615	97,26	86,56	300,55	2369,57	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.