

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.
14.01.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Дети 7-11 лет

14.01.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 14							
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
	Суп молочный с рисовой крупой	210	3,07	3,89	16,86	118,61	121
	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,3	379
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		505	15,76	19,48	66,32	493,13	
ЗАВТРАК 2	Мандарины свеж,	190	1,52	0,38	14,25	72,2	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		390	2,52	0,58	34,45	164,2	
ОБЕД	Борщ с картофелем с яйцом со смет,	250/20/10	5,27	9,00	18,70	176,6	83
	Бефстроганов из отварного мяса говядины	165	23,17	22,65	9,36	334,31	2,9
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Овощи отварные (морковь)	75	0,97	0,08	5,18	26,25	315
	Компот из свежих яблок,	200	0,14	0,14	3,44	16,54	342
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	128,16	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		940	42,53	37,46	108,90	934,31	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные	180	26,69	12,67	24,77	320,4	218
	Сметана 15%	20	0,52	3,00	0,58	32	-
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		400	27,41	15,67	35,37	392,22	
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	100	13,56	7,94	8,64	162	235
	Картофель отварной	150	2,86	4,30	23,01	142,35	310
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	75	0,60	0,08	1,28	9,75	70
	Кисель из яблок	180	0,11	0,09	16,94	67,81	352
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		545	19,85	12,89	66,67	465,91	
УЖИН 2	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	6,00	5,00	20,00	150	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	6,00	5,00	20,00	150	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2980	114,07	91,08	331,71	2599,77	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2980	114,07	91,08	331,71	2599,77	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2980	114,07	91,08	331,71	2599,77	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.