

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

16.01.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

16.01.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15
	Каша жидкая молочная пшённая со слив,маслом	250/10	9,45	12,02	46,88	333,03	182
	Какао с молоком сгущенным	200	3,66	2,60	25,08	138,4	383
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>555</b>	<b>23,40</b>	<b>32,10</b>	<b>105,96</b>	<b>792,9</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Кондитерские изделия (сушка)	43	3,70	2,19	30,87	159,1	20
	Яблоки свежие	185	0,74	0,74	18,13	86,95	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>428</b>	<b>5,44</b>	<b>3,13</b>	<b>69,20</b>	<b>338,05</b>	
<b>ОБЕД</b>	Щи из свежей капусты с картофелем,с отвар,мясом со смет,	300/30/10	12,09	13,80	13,89	229,11	88
	Плов из птицы	300	21,27	13,41	54,69	447,9	291
	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,8	52
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	105	8,30	1,05	50,71	224,28	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1065</b>	<b>47,21</b>	<b>34,99</b>	<b>175,61</b>	<b>1207,01</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Запеканка из творога	110	12,99	13,56	15,18	233,95	223
	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,6	11
	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	106	386
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>330</b>	<b>20,23</b>	<b>20,26</b>	<b>34,28</b>	<b>405,55</b>	
<b>УЖИН</b>	Оладьи из печени	100	18,60	15,31	7,51	261,9	282
	Картофель в молоке	180	4,21	4,46	23,69	151,92	311
	Горох овощной отварной (консерв,)	100	2,01	0,13	4,22	26	131
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>640</b>	<b>29,36</b>	<b>20,62</b>	<b>70,86</b>	<b>609,68</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Кисель молочный	200	4,06	3,50	22,52	137,22	361
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>200</b>	<b>4,06</b>	<b>3,50</b>	<b>22,52</b>	<b>137,22</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>3218</b>	<b>129,70</b>	<b>114,60</b>	<b>478,43</b>	<b>3490,41</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>3218</b>	<b>129,70</b>	<b>114,60</b>	<b>478,43</b>	<b>3490,41</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>3218</b>	<b>129,70</b>	<b>114,60</b>	<b>478,43</b>	<b>3490,41</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.