

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

16.01.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

16.01.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
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 пшённая со слив,маслом	200/10	7,58	11,08	37,52	279,64	182
	Какао с молоком сгущенным	180	3,29	2,34	22,57	124,56	383
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		455	18,38	25,59	84,37	631,7	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (сушка)	35	3,01	1,78	25,13	129,5	20
	Яблоки свежие	185	0,74	0,74	18,13	86,95	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		420	4,75	2,72	63,46	308,45	
ОБЕД	Щи из св, капусты с картофелем,с отвар,гов, со смет,	250/25/10	10,28	11,78	12,22	196,73	88
	Плов из птицы	225	15,95	10,06	41,02	335,93	291
	Салат из свеклы отварной	75	1,06	4,51	6,20	69,6	52
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	75	5,93	0,75	36,22	160,2	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		845	35,99	27,58	133,03	924,69	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	100	11,81	12,33	13,80	212,68	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
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	19,05	19,03	32,90	384,28	
УЖИН	Оладьи из печени	100	18,60	15,31	7,51	261,9	282
	Картофель в молоке	150	3,51	3,72	19,74	126,6	311
	Горох овощной отварной (консерв,)	75	1,51	0,10	3,16	19,5	131
	Чай с лимоном,	200	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		565	26,60	19,61	57,41	533,96	
УЖИН 2	Кисель молочный	200	4,06	3,50	22,52	137,22	361
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	4,06	3,50	22,52	137,22	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2805	108,83	98,03	393,69	2920,3	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2805	108,83	98,03	393,69	2920,3	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2805	108,83	98,03	393,69	2920,3	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.