

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.  
20.01.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

20.01.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 6</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Каша жидкая молочная ячневая со слив,маслом	200/10	7,38	10,32	39,70	280,56	182
	Чай с сахаром,	200	0,20	0,00	15,02	58,76	628
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>460</b>	<b>11,61</b>	<b>18,07</b>	<b>79,00</b>	<b>512,22</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>125</b>	<b>3,12</b>	<b>3,12</b>	<b>13,75</b>	<b>97,5</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп с макаронными изделиями и картофелем с отвар,говядиной	250/25	8,50	6,95	14,25	163,08	112
	Птица, тушенная в соусе	250	29,38	31,52	8,10	433,62	444
	Капуста св, тушеная	150	3,06	5,52	11,83	115,5	139
	Кукуруза отварная (консерв,)	100	2,20	0,40	11,20	58	133
	Компот из смеси сухофруктов,	180	0,05	0,00	2,61	10,01	349
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1040</b>	<b>51,44</b>	<b>45,57</b>	<b>98,60</b>	<b>1013,73</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Яблоки печеные(без сахара)	100	0,54	0,52	13,52	54	372
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>1,54</b>	<b>0,72</b>	<b>33,72</b>	<b>146</b>	
<b>УЖИН</b>	Запеканка картофельная с мясом	210	24,89	25,87	29,59	438	284
	Овощи отварные (свекла)	75	1,12	0,08	6,60	31,5	315
	Компот из свежих яблок	200	0,14	0,14	27,40	107,5	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	Н
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>545</b>	<b>30,45</b>	<b>26,77</b>	<b>90,05</b>	<b>703,72</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Кефир 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	95,4	386
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>180</b>	<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,20</b>	<b>95,4</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2650</b>	<b>103,38</b>	<b>98,75</b>	<b>322,32</b>	<b>2568,57</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2650</b>	<b>103,38</b>	<b>98,75</b>	<b>322,32</b>	<b>2568,57</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2650</b>	<b>103,38</b>	<b>98,75</b>	<b>322,32</b>	<b>2568,57</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.