

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.  
21.01.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

21.01.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 7</b>							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	5	0,04	3,62	0,06	33,05	14
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209
	Суп молочный с кукурузной крупой	250	4,68	5,67	39,53	227,7	121
	Кофейный напиток на молоке	200	2,28	2,12	13,28	79,78	637
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>565</b>	<b>17,61</b>	<b>16,71</b>	<b>86,96</b>	<b>552,85</b>	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие	200	0,80	0,80	19,60	94	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>400</b>	<b>1,80</b>	<b>1,00</b>	<b>39,80</b>	<b>186</b>	
ОБЕД	Рассольник ленинградский с отв. птицей	300/30	9,33	12,21	20,31	229,23	96
	Гуляш из отварной говядины	110	14,70	15,49	3,60	180,4	246
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	180	6,62	5,42	31,73	202,14	309
	Овощи натуральные соленые (помидоры)	100	1,10	0,10	1,60	13	70
	Компот из смеси сухофруктов,	200	0,06	0,00	2,90	11,12	349
	Хлеб пшеничный в/с	100	7,90	1,00	48,30	213,6	--
	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,68	0,12	4,20	21	1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1000</b>	<b>40,39</b>	<b>34,34</b>	<b>112,64</b>	<b>870,49</b>	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные	165	24,47	11,62	22,70	293,7	218
	Сметана 15%	33	0,86	4,95	0,96	52,8	-
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>398</b>	<b>25,79</b>	<b>16,57</b>	<b>33,90</b>	<b>390,36</b>	
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	120	16,27	9,53	10,37	194,4	235
	Картофель отварной	150	2,86	4,30	23,01	142,35	310
	Овощи отварные (морковь)	100	1,30	0,10	6,90	35	315
	Кисель из сока плодового	200	0,32	0,06	13,88	58,9	359
	Хлеб ржано-пшеничный	60	0,68	0,12	4,20	21	1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>580</b>	<b>21,43</b>	<b>14,11</b>	<b>58,36</b>	<b>451,65</b>	
УЖИН 2	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	.
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>125</b>	<b>3,12</b>	<b>3,12</b>	<b>13,75</b>	<b>97,5</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>3068</b>	<b>110,14</b>	<b>85,85</b>	<b>345,41</b>	<b>2548,85</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>3068</b>	<b>110,14</b>	<b>85,85</b>	<b>345,41</b>	<b>2548,85</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>3068</b>	<b>110,14</b>	<b>85,85</b>	<b>345,41</b>	<b>2548,85</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.