

УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Макарова Е.Ю.
25.01.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

25.01.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 11							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Каша жидкая молочная пшеничная со слив,маслом	250/10	10,05	10,92	48,92	324,52	182
	Кофейный напиток с молоком ,	200	3,58	4,12	22,96	143,6	380
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		535	19,28	26,62	105,88	716,79	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (сушка)	44	3,78	2,24	31,59	162,8	20
	Яблоки свежие	185	0,74	0,74	18,13	86,95	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		229	4,52	2,98	49,72	249,75	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой с рыб. прод,	300/30	7,44	4,23	23,19	163,62	101
	Рагу из птицы	263	19,25	16,02	22,85	312,6	289
	Салат из квашеной капусты	105	1,68	5,35	8,65	90,96	47
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	80	6,32	0,80	38,64	170,88	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		1008	38,83	27,12	141,39	950,98	
ПОЛДНИК	Омлет с сыром	110	14,19	16,28	1,90	212	211
	Икра кабачковая консерв,	75	0,85	4,99	5,27	69,11	50
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,37	0,30	14,49	64,08	----
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		415	18,41	21,77	41,86	437,19	
УЖИН	Оладьи из печени	100	18,60	15,31	7,51	261,9	282
	Каша гречневая вязкая со слив, маслом	180/6	5,72	5,83	25,78	178,25	257
	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	--
ИТОГО ЗА УЖИН		640	30,87	21,99	72,95	636,01	
УЖИН 2	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	106	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	5,80	5,00	8,00	106	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3027	117,71	105,48	419,80	3096,72	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3027	117,71	105,48	419,80	3096,72	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3027	117,71	105,48	419,80	3096,72	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.