

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат

Белоусова Т.Я.

30.01.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

30.01.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 2</b>							
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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>455</b>	<b>18,38</b>	<b>25,59</b>	<b>84,37</b>	<b>631,7</b>	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия(печенье)	35	2,59	3,29	25,58	142,45	19
	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>420</b>	<b>4,33</b>	<b>4,23</b>	<b>63,91</b>	<b>321,4</b>	
ОБЕД	Щи из св, капусты с картофелем,с отвар,гов, со смет,	250/25/10	9,62	11,73	9,88	184,9	88
	Плов из птицы	225	15,95	10,06	41,02	335,93	291
	Салат из свеклы с зеленым горошком	75	1,24	3,09	5,47	54,68	53
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	80	6,32	0,80	38,64	170,88	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>850</b>	<b>35,90</b>	<b>26,16</b>	<b>132,38</b>	<b>908,62</b>	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	100	11,81	12,33	13,80	212,68	223
	Повидло фруктовое	20	0,00	0,00	10,00	40	-
	Кефир 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	95,4	386
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>17,03</b>	<b>16,83</b>	<b>31,00</b>	<b>348,08</b>	
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
	Фасоль овощная отварная (консерв.)	75	4,57	0,00	11,17	63	132
	Чай с лимоном,	200	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>565</b>	<b>29,66</b>	<b>19,51</b>	<b>65,42</b>	<b>577,46</b>	
УЖИН 2	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>2790</b>	<b>109,36</b>	<b>95,82</b>	<b>399,60</b>	<b>2924,48</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2790</b>	<b>109,36</b>	<b>95,82</b>	<b>399,60</b>	<b>2924,48</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2790</b>	<b>109,36</b>	<b>95,82</b>	<b>399,60</b>	<b>2924,48</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.