

Школа СОГБУ "Шаталовский детский дом"

Утвердил: должность

и.о. директора

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия Луценко Т.В.

Возрастная категория

7-11 лет

дата

16 11 2023
день месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена	
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Пудинг творожный с рисом , сгущеное молоко	180/35	23,2	17,4	29,2	325	117		
				Яйцо	40	5,1	4,6	0	63	231		
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	1,9	20,4	116	243		
			хлеб	Батон нарезной	85	6,4	2,5	43,7	222,7	237		
			фрукты									
				Масло сливочное	10	0,08	7,3	0,2	66,2	69		
				<i>итого</i>			550	37,58	33,7	93,5	792,9	
1	1	Завтрак 2	фрукты	банан	282	2,5	1	24,7	111,6	254		
				Печенье	42	2,5	7,9	28,1	201	270		
				<i>итого</i>			324	5	8,9	52,8	312,6	
1	1	Обед	закуска	салат из свежей капусты	100	1,5	4,9	9,3	89,4	181		
			1 блюдо	Борщ с фасолью на м/б со сметаной	250/5	3,5	6,7	17,8	133,2	7		
			2 блюдо	Шницель рыбный натуральный	100	15,4	11,9	11,6	213,8	288		
			гарнир	Картофельное пюре	200	4,1	6,4	27	183,2	147		
			напиток	Компот из С/ф	200	0,7	0,09	32	133	242		
			хлеб бел.									
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	39,6	198	68		
				<i>итого</i>			944	31,8	31,19	137,3	930,4	
1	1	Полдник	булочное	Крендель сахарный	75	5,2	9,7	41,3	237	217		
			напиток	Молоко кипяченое	200	6	5,4	10,00	113,3	250		
				<i>итого</i>			275	11,2	15,1	51,3	350,3	
1	1	Ужин	гор.блюдо	Макаронник с мясом	205	23,3	24,5	35,5	398,7	56		
			гарнир	Огурцы свежие	100	0,8	0,1	2,5	14	204		
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15	73	246		
			хлеб	Батон нарезной	85	6,4	2,5	43,7	222,7	237		
				Масло сливочное	10	0,08	7,3	0,2	66,2	69		
				<i>итого</i>			600	30,78	34,45	96,9	774,6	
1	1	Ужин 2	кисломол.	ряженка	200	5,6	8	8,4	134	248		
			булочное	Батон нарезной	30	2,25	0,87	43,70	70,6	236		
			напиток									
			фрукты									
				<i>итого</i>			230	7,85	8,87	52,1	204,6	
1	1	Итого за день:			2923	124,21	132,21	483,9	3365,4			