

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ГБОУ школы-интернат № 3 г. Армавира  
 Мельникова О.В.

Меню на 13.05.2024г.

Завтрак

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	1-5 классы						6-12 классы					
			Вес блюд, г	Энерг. ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Стоимос ть, руб	Вес блюд, г	Энерг. ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Стоимос ть, руб
1	285	Пудинг творожный запечённый	190	325,00	14,00	15,20	23,90	76,01	200	346,00	14,06	15,29	24,90	81,42
2	406	Соус молочный	50	69,65	1,89	4,68	5,00	5,30	50	69,65	1,89	4,68	5,00	5,30
3	462	Какао с молоком	200	94,00	3,60	2,90	25,00	10,97	200	94,00	3,60	2,90	25,00	10,97
4	69	Хлеб пш /сл.масло/сыр	60	176,00	8,30	14,78	27,26	18,13	85	245,10	7,70	10,09	22,80	22,53
		<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>664,65</b>	<b>27,79</b>	<b>37,56</b>	<b>81,16</b>	<b>110,41</b>	<b>535</b>	<b>754,75</b>	<b>27,25</b>	<b>32,96</b>	<b>77,70</b>	<b>120,22</b>

2й Завтрак

1	501	Сок фруктовый пром.произ.	200	112,00	1,20	0,02	0,02	9,06	200	112,00	1,20	0,02	0,02	9,06
		<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>112,00</b>	<b>1,20</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>9,06</b>	<b>200</b>	<b>112,00</b>	<b>1,20</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>9,06</b>

Обед

1	148	Нарезка из свежих (квашенных) овощей (помидор)	60	16,00	0,80	0,01	2,80	8,07	100	19,00	1,60	10,10	3,00	13,46
2	127	Суп картофельный с горохом на п/б	200	156,40	1,84	3,40	12,10	6,03	250	187,68	2,20	3,80	13,10	8,21
3	366	Курица отварная	90	206,43	20,03	13,84	0,48	35,26	100	217,14	22,93	13,91	0,60	41,15
4	176	Рагу овощное	150	144,00	3,20	8,56	13,60	10,36	180	166,00	4,00	10,70	15,00	12,75
5	495	Компот из сухофр. с вит. "С"	180	99,80	0,44	0,00	27,00	2,84	180	99,80	0,44	0,00	27,00	2,84
6	573	Хлеб ржаной / пшеничный	80	163,60	5,68	0,80	33,04	6,07	120	211,00	6,53	1,04	35,95	9,11
		<b>Итого</b>	<b>760</b>	<b>786,23</b>	<b>31,99</b>	<b>26,61</b>	<b>89,02</b>	<b>68,63</b>	<b>930</b>	<b>900,62</b>	<b>37,70</b>	<b>39,55</b>	<b>94,65</b>	<b>87,52</b>

Поддник

1	545	Булочка пром.произ-ва	100	255,72	5,82	5,42	86,80	38,00	150	383,58	8,73	8,13	130,20	57,00
2	457	Чай с сахаром	200	60,00	0,10	0,00	15,00	1,17	200	60,00	0,10	0,00	15,00	1,17
		<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>315,72</b>	<b>5,92</b>	<b>5,42</b>	<b>101,80</b>	<b>39,17</b>	<b>350</b>	<b>443,58</b>	<b>8,83</b>	<b>8,13</b>	<b>145,20</b>	<b>58,17</b>

Ужин

1	9	Капуста квашенная	60	57,20	1,50	9,89	2,87	3,96	100	20,00	1,10	0,01	3,50	5,80
2	350	Тефтеля из говядины с рисом со сметанным соусом	90	168,90	8,55	13,77	10,26	47,09	100	198,00	8,50	10,30	11,40	52,99
3	223	Каша пшеничная рассыпчатая со сл.маслом	150	206,00	2,33	8,12	36,63	7,04	180	225,20	7,60	9,74	38,96	9,38
4	459	Чай с сахаром и лимоном	180	51,00	0,10	0,00	15,20	2,24	180	51,00	0,10	0,00	15,20	2,24
5	573	Хлеб ржаной / пшеничный	80	163,60	5,68	0,80	33,04	6,07	120	211,00	6,53	1,04	35,95	9,11
		<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>646,70</b>	<b>18,16</b>	<b>32,58</b>	<b>98,00</b>	<b>66,40</b>	<b>680</b>	<b>705,20</b>	<b>23,83</b>	<b>21,09</b>	<b>105,01</b>	<b>79,52</b>

2й Ужин

1	470	Кефир 2,5%	200	100,00	5,80	5,00	8,00	14,18	210	123,00	5,90	5,07	8,02	14,89
		<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>100,00</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>14,18</b>	<b>210</b>	<b>123,00</b>	<b>5,90</b>	<b>5,07</b>	<b>8,02</b>	<b>14,89</b>

		<b>Итого</b>		<b>2625,30</b>	<b>90,86</b>	<b>107,19</b>	<b>378,00</b>	<b>307,85</b>		<b>3039,15</b>	<b>104,71</b>	<b>106,82</b>	<b>430,60</b>	<b>369,38</b>
--	--	--------------	--	----------------	--------------	---------------	---------------	---------------	--	----------------	---------------	---------------	---------------	---------------