

Утверждаю
И.о. директора ГБОУ школы – интернат
ст-цы Старолеушковской
А.А.Кругляк

Меню приготавливаемых блюд

1 неделя Понедельник 21.04.2025 г.												
	Дети 7-10 лет					Дети 11-17 лет					Стоимость питания	
	Выход продуктов	Энергетич. ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход продуктов	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Дети 7-10 лет	Дети 11-17 лет
Завтрак												
Суп молочный с пшениной крупой	200	197	6	10	20	250	246	8	12	25	10,85	14,44
Хлеб пшеничный	55	102	4	0,4	4	67	124	5	0,5	5	3,08	3,8
Хлеб ржаной	30	62	2	0,3	12	40	82	3	0,5	16	2,5	3,36
Сливочное масло	15	99,15	0,1	11	0,2	15	99,15	0,12	11	0,19	5,8	5,8
Чай с сахаром	200	38	0,2	0,1	9	200	38	0,2	0,1	9	1,3	1,3
Итого за завтрак											23,53	28,7
Обед												
Соленый помидор	60	8	0,6	0,1	1,2	100	13	1	0,1	2	11,82	15,51
Борщ с мясом и сметаной	200	116	7	7	6	250	145	9	9	8	36,99	46,46
Гуляш из отварной говядины	100	258	20	20	3	100	258	20	20	3	131,48	131,48
Каша пшеничная	180	291	8	8	46	180	291	8	8	46	7,84	7,84
Хлеб пшеничный	55	102	4	0,4	4	67	124	5	0,5	5	3,08	3,8
Хлеб ржаной	30	62	2	0,3	12	40	82	3	0,5	16	2,5	3,36
Сок фруктовый	200	86	1	0,2	20	200	86	1	0,2	20	10,96	10,96
Итого за обед											204,67	219,41
Полдник												
Вафли	50	271	2	16	32	50	271	2	16	32	14,1	14,1
Молоко	200	107	6	5	9	200	107	6	5	9	13,67	13,67
Яблоко свежее	114	44	0,4	0,4	10	114	44	0,4	0,4	10	11,02	11,02
Итого за полдник											38,79	38,79
Ужин												
Икра кабачковая	60	71	1	5	5	100	118	2	9	8	5,8	9,7
Макаронные изделия отварные	180	221	7	6	35	180	221	7	6	35	7,07	7,07
Хлеб пшеничный	55	102	4	0,4	4	67	124	5	0,5	5	3,08	3,8
Хлеб ржаной	30	62	2	0,3	12	40	82	3	0,5	16	2,5	3,36
Тефтели «ёжики»	100	189	10	11	13	100	189	10	11	13	52,5	52,5
Компот из сухофруктов	200	84	0,6	0,1	20	200	84	0,6	0,1	20	2,82	2,82
Итого за ужин											73,77	79,25
2 ужин												
Кефир	200	101	6	5	8	200	101	6	5	8	16,64	16,64
Итого за ужин											16,64	16,64
Итого за день											357,4	382,79