

Утверждаю  
 Директор ГКОУ  
 школы-интерната №2 г. Ейска  
 Долгих А.А.  
 (подпись, печать)

Меню на 21.09.2024г.

Завтрак 7-11 лет

12 лет и старше

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюда	7-11 лет					12 лет и старше						
			вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	114	Каша рисовая молочная жидкая	205	210,13	5,12	6,62	32,61	12,01	205	210,13	5,12	6,62	32,61	15,32
2	365	Масло сливочное	10	66	0,1	7,2	0,1	8,57	15	99	0,15	10,8	0,15	12,85
	139	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	12	40	62,8	5,08	4,6	0,28	12
3	287	Кофейный напиток с молоком	200	89,32	1,4	1,6	17,35	5,11	200	89,32	1,4	1,6	17,35	5,24
4	482	Хлеб пшеничный	65	150	4,94	0,59	26,65	3,32	90	208	6,84	0,82	36,9	4,59
		<b>ИТОГО</b>	<b>520</b>	<b>578,25</b>	<b>16,64</b>	<b>20,61</b>	<b>76,99</b>	<b>41,01</b>	<b>550</b>	<b>669,25</b>	<b>18,59</b>	<b>24,44</b>	<b>87,29</b>	<b>50</b>

Завтрак2 7-11 лет

12 лет и старше

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюда	7-11 лет					12 лет и старше						
			вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	381	Бутерброд с джемом	60	176,3	1,72	4,2	32,9	10,22	60	176,3	1,72	4,2	32,9	11,53
2	288	Молоко кипяченое	200	117,31	5,59	6,38	9,38	12,04	200	117,31	5,59	6,38	9,38	12,04
3	89	Фрукты свежие	150	67,5	0,3	0,3	7,8	14,96	150	67,5	0,3	0,3	7,8	15
		<b>ИТОГО</b>	<b>410</b>	<b>361,11</b>	<b>7,61</b>	<b>10,88</b>	<b>50,08</b>	<b>37,22</b>	<b>410</b>	<b>361,11</b>	<b>7,61</b>	<b>10,88</b>	<b>50,08</b>	<b>38,57</b>

Обед 7-11 лет

12 лет и старше

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюда	7-11 лет					12 лет и старше						
			вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	228	Овощи натуральные свежие огурцы	60	8,4	0,48	0,066	1,51	7,8	100	14	0,8	0,11	2,51	12,86
2	37	Борщ с капустой и картофелем	250	111,11	1,9	6,66	10,81	28,18	300	133,33	2,28	7,99	12,97	29,67
3	210	Курица в соусе с томатом	100	445,24	28,75	34,68	4,53	49,54	120	534,29	34,5	41,62	5,44	59,59
4	222	Каша пшеничная рассыпчатая	150	241,55	6,57	6,42	39,14	9,76	180	289,38	7,88	7,7	46,96	10,26
5	284	Компот из яблок с лимоном	200	104,07	0,25	0,25	25,35	8,16	200	113,79	0,56	0	27,89	8,81
6	481	Хлеб ржано-пшеничный	80	151,2	5,84	0,73	33,2	4,4	120	226,8	8,76	1,1	38,8	6,6
		<b>ИТОГО</b>	<b>840</b>	<b>1061,57</b>	<b>43,79</b>	<b>48,806</b>	<b>114,54</b>	<b>107,84</b>	<b>1020</b>	<b>1311,59</b>	<b>54,78</b>	<b>58,52</b>	<b>134,57</b>	<b>127,79</b>

Ужин 7-11 лет

12 лет и старше

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюда	7-11 лет					12 лет и старше						
			вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	231	Горошек зеленый консерв.	40	31,15	1,25	1,32	2,8	9,6	60	46,7	1,88	1,97	4,2	17,83
2	192	Печень по-строгановски	110	371,15	23,32	28,95	4,7	53,52	120	403,8	25,44	31,58	5,13	54,8
3	239	Картофель отварной	150	182,28	3,14	7,04	27,21	17,93	180	218,74	3,76	8,45	32,65	22,72
4	293	Сок фруктовый	200	36	2	0,2	5,8	15,2	200	36	2	0,2	5,8	15,2
5	402	Кондитерское изделие б/к	25	106,5	1,85	2,5	6,4	3,75	35	149,1	2,59	3,5	8,96	5,25
6	482	Хлеб пшеничный	65	150	4,94	0,59	26,65	3,32	90	208	6,84	0,82	36,9	4,59
		<b>ИТОГО</b>	<b>590</b>	<b>877,08</b>	<b>36,5</b>	<b>40,6</b>	<b>73,56</b>	<b>103,31</b>	<b>685</b>	<b>1062,34</b>	<b>42,51</b>	<b>46,52</b>	<b>93,64</b>	<b>120,39</b>

Ужин 2 7-11 лет

12 лет и старше

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюда	7-11 лет					12 лет и старше						
			вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	272	Ряженка	200	112,52	5,6	6,38	8,18	20,5	200	112,52	5,6	6,38	8,18	19,86
		<b>ИТОГО</b>	<b>200</b>	<b>112,52</b>	<b>5,6</b>	<b>6,38</b>	<b>8,18</b>	<b>20,5</b>	<b>200</b>	<b>112,52</b>	<b>5,6</b>	<b>6,38</b>	<b>8,18</b>	<b>19,86</b>