

УТВЕРЖДАЮ:

Директор __Рыбина Н.Н.



ЕЖЕДНЕВНОЕ М Е Н Ю

КГБОУ «Рубцовская общеобразовательная школа-интернат № 1»

Возрастная категория 7-11 лет/

на « 12__ » Мая 2025 г.

2 нед. 8 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Омлет с кашей	150.0	11.6	10.6	20.0	230.64	134
	Бутерброд с маслом	40,0	2.16	8.8	13.59	150.0	380
	Яблоко	180,0	2.7	0	4.6	83.0	9
	Чай с молоком	200.0	2.7	3.0	20.0	90.6	
	Хлеб ржаной	20.0	1.3	0.22	8.2	42.8	0
	Хлеб пшеничный	20.0	1.4	0.4	9.0	50.0	0
Всего:		610.0	20.26	24.9	75.39	657.0	
Обед	Свекольник с мясом и сметаной	250,0	11.93	6.34	10.05	145.1	43
	Голубцы ленивые	120.0	15.0	7.5	7.4	130.6	178
	Картофель отварной в молоке	200.0	5.95	10.98	34.05	200.95	240
	Кисель из яблок сушеных	180.0	0.25	0	30.35	115.79	277
	Винегрет овощной	80.0	1.04	6.84	8.96	100.4	1
	Хлеб ржаной	30.0	1.3	0.33	12.3	64.2	0
	Хлеб пшеничный	50,0	3.5	1.0	22.5	125.0	0
Всего:		910,0	38.9	32.99	125.6	882.0	
Полдник	Сок фруктовый	201.0	0.2	0	20.68	108.0	0
	Булочка производственная (рожек)	100,0	2.65	0.08	29.32	114.0	381
Всего:		301.0	2.85	0.08	50.0	222.0	
Ужин	Котлета из говядины	90.0	9.5	11.72	4.0	160.5	189
	Пюре из гороха с маслом	150.0	10.3	8.28	34.65	200.64	130
	Чай с сахаром	200.0	0.08	0	13.0	48.0	300
	Салат из моркови (отварной)	100,0	1.1	1.9	4.6	93.0	9
	Хлеб ржаной	30.0	1.9	0.33	12.3	64.2	0
	Хлеб пшеничный	40.0	2.8	0.8	18.0	100.0	0
Всего:		610.0	27.2	21.1	98.9	656.3	
II ужин	Кисломолочный продукт(ряженка)	191.0	5.8	5.0	1.8	46.0	272
Итого за день			89.8	87.0	351.6	2463	

Ответственный за составленное меню _____ Щепина. М.А.
(ФИО)

Подпись повара _____

(ФИО)