

ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

**Типовое примерное меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория

7-11 лет

Утвердил: должность

фамилия

дата

Директор

Зубов Д.Г.

1 4 2025  
день месяц год



1	1	Итого за день:		2333	76,35	44,212	356,8	2237,72	0
1	2	Завтрак	гор.блюдо	200	7,1	6,7	23,8	184,4	54-20п2020
			омлет натуральный	59	5,08	4,6	28	63	50
			гор.напиток	180	4,28	3,52	10	85,76	54-21пн2020
			хлеб	30	5,78	11,51	25,1	127,96	
			масло сливочное	10	0,07	5,74	0,07	52,36	стр, 3
			сыр	10	2,3	2,93	0	35,8	стр, 3
			хлеб ржаной	30					
			<i>итого</i>	519	24,61	35	86,97	549,28	0
1	2	Завтрак 2	фрукты	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
			Яблоко	20	2,25	2,51	23,86	126,78	
			вафли	200	1	0	20,2	84,8	389
			сок фруктовый						
			<i>итого</i>	320	4,18	3,44	66,63	313,85	0
1	2	Обед	закуска	90	1,8	5,7	9,1	95,2	54-15-3-2020
			Свекольная икра	250	8,35	5,75	20,35	166,43	54-8с2020
			Суп с картофелем и горохом	200	21	7	17,5	217,4	54-22м2020
			Рагу из курицы	180	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020
			напиток	50	4,45	0,89	58,56	181,86	
			Хлеб ржаной	30					
			хлеб пшеничный	800	36,1	19,34	125,31	741,89	0
1	2	Полдник	булочное	95	3,66	0,38	31,98	143,68	2
			запеканка из творога	10					
			сметана	150	3,42	3,15	10,08	82,08	
			ряженка	85	0,43	0,43	10,37	47	
			яблоко	340	7,08	3,53	42,06	225,76	0
			<i>итого</i>	80	14	9,2	12,6	187,4	54-31м2020
1	2	Ужин	гор.блюдо	100	4,2	4,7	23,7	154,4	54-12г2020
			гарнир	200	0,2	0	0,1	1,4	54-1пн2020
			напиток	45	3,43	4,51	25	154,73	
			хлеб	6	0,07	5,74	0,07	52,36	стр, 3
			масло сливочное	50					
			помидор консерв	56	0,07	5,74	0,07	52,36	0
			<i>итого</i>	2475,7	93,94	91,2	382,51	2433,43	0
1	2	Итого за день:							

Школ мм

ГБОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

## Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

12 лет и старше

Утвердил: должность

фамилия

дата

Директор

Зубов Д.Г.

1 4 2025  
год

1	2	Завтрак	гор.блюдо	каша манная молочная	200	7,1	23,8	6,7	184,4	54-20п2020		
				омлет натурльный	59	5	1,26	7,56	93,39	54-1о-2020		
			гор.напиток	кофейный н-к с молоком	200	4,28	10	3,52	85,76	54-21пн2020		
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	8,28	35,1	13,12	292,8			
				сливочное масло	10	24,66	70,16	30,9	656,35			0
				твердый сыр	15							
				хлеб ржаной	40							
1	2	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	22,57	0,93	102,27	338		
				сок	200	3,58	11,1	3,36	88,72	54-23г2020		
				вафли	30	25,65	33,6	13,5	358,95	54-6г2020		
					10							
			<i>итого</i>		398	30,16	67,27	17,79	549,94			0
1	2	Обед	закуска	Свекольная икра	90	1,8	9,1	5,7	95,2	54-15-3-2020		
			1 блюдо	Суп с картофелем и горохом	300	10,02	24,42	6,9	199,72	54-8с2020		
			2 блюдо	Рагу из курицы	250	21	17,5	7	217,4	54-22м2020		
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	19,8	0	81	54-1хн2020		
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	80	6,68	87,84	1,34	281,79			
				Хлеб пшеничный	50							
			<i>итого</i>		970	40	158,66	20,94	875,11			0
1	2	Полдник	булочное	запеканка из творога	105	20,6	30	15,66	356	2		
				сметана	10	1,92	0,38	1,35	14,2			
			напиток	ряженка	180	5,22	7,2	4,5	95,4	386		
				Яблоко	85	0,43	10,37	0,43	47	338		
			<i>итого</i>		295	28,17	47,95	21,94	512,6			0
1	2	Ужин	гор.блюдо	Оладьи из печени	120	21	18,9	13,8	93,7	54-31м2020		
			гарнир	Каша пшеничная	100	4,2	23,7	4,7	154,4	54-12г2020		
			напиток	Чай	200	0,2	0,1	0	1,4	54-1пн2020		
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	4,83	35	82,57	239,06			
			фрукты	масло сливочное	8							
				Помидор консерв	50							
			<i>итого</i>		58	0	0	0	0			0
1	2	<b>Итого за день:</b>			2841	153,22	421,74	192,64	3082,56			0