



Директор
Зубов Д.Г.
3 4 2025
день месяц год

Утвердил: должность
фамилия
дата

ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"
Типовое примерное меню приготавливаемых блюд
7-11 лет

Возрастная категория

1	4	Завтрак	гор.блюдо	Рыба тушенная в томате с овощами	100	9,6	5,2	4,4	105	54-11p2020
				Каша гречневая	100	5,46	2,3	23,93	159,27	54-4r2020
			гор.напиток	Чай с лимоном	180	0,3	0	6,7	27,9	54-3rн2020
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	5,78	11,51	25,1	127,96	
				масло сливочное	5					
				сыр	10					
				Хлеб ржаной	30					
			<i>итого</i>			1,27	0,07	10,3	66,8	209
1	4	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	465	22,41	19,08	70,43	486,93	0
				Ряженка	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
				пудинг творожный с яблоком	150	4,5	6	6,3	97	
				стуженное молоко	150					
			<i>итого</i>		20					
					420	5,43	6,93	28,87	199,27	0
1	4	Обед	закуска	помидор консерв	50					
			1 блюдо	Рассольник "Ленинградский"	250	5,93	7,8	17	161,73	54-3c2020
			2 блюдо	котлета куриная	75	16,8	8,2	10,4	182,9	54-27m2020
				горошница	100					
			напиток	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81	54-1xn2020
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,45	0,89	58,56	187,86	
				Хлеб пшеничный	35					
		Полдник	булочное	булочка школьная	60	3,66	0,38	31,98	143,68	2
				яблоко	85					
			напиток	Какао со стуженным молоком	180	3,3	3,3	22	130,93	54-22r2020
			<i>итого</i>		325	6,96	3,68	53,98	274,61	0
1	4	Ужин	гор.блюдо	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	14	5,3	200,5	54-18m2020
			гарнир	Макаронные изделия отварные	100	3,53	3,66	21,8	134,67	54-1r2020
			напиток	Чай с лимоном	180	0,2	0	6,5	26,8	54-1rн2020
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,48	8,61	25	192,13	
				масло сливочное	5					
				икра морковная	80					
			<i>итого</i>		485	20,61	26,27	58,6	554,1	0
1	4	Итого за день:			2435	75,88	60,58	264,34	1774,8	0

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.

3 4 2025
день месяц год

1	4	Завтрак	гор.блюдо	Рыба тушеная в томате с овощами	150	14,4	7,8	6,6	154,5	54-11р2020	
				Каша гречневая	100	5,46	2,3	23,93	159,27	54-4г2020	
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн2020	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	8,28	13,12	35,1	292,8		
				сливочное масло	10						
				сыр	15						
				Икра табачковая	100	1,52	0,08	18,36	80,16	209	
				хлеб ржаной	40						
			<i>итого</i>		655	29,96	23,3	90,69	714,63		0
1	4	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338	
				Ряженка	180	5,4	7,2	7,56	116,4		
				Пудинг из творога с яблоком	150	19,9	18	17,3	283,9		
				Сгущ. Молоко	30						
			<i>итого</i>		460	26,23	26,13	47,43	502,57		0
1	4	Обед	закуска	Помидор консервированный	50						
			1 блюдо	Рассольник "Ленинградский"	300	7,12	9,36	20,4	164,08	54-3с2020	
				Котлета куриная	100	14	3,3	10,1	127,1	54-23м-2020	
			2 блюдо	Горошница	100	9,67	0,87	22,53	136,53	54-23г-2020	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	80	6,68	1,34	87,84	281,79		
				хлеб пшеничный	40						
			<i>итого</i>		870	37,97	14,87	160,67	790,5		0
1	4	Полдник	булочное	булочка школьная	60	6,22	0,65	54,37	244,26	2	
				яблоко	85						
			напиток	Какао со стущеным молоком	200	3,3	3,3	22	130,93	54-22г2020	
			<i>итого</i>		345	9,52	3,95	76,37	375,19		0
1	4	Ужин	гор.блюдо	Печень говяжья по-строгановски	120	20,1	21	7,95	300,75	54-18м2020	
			гарнир	Макаронные изделия отварные	100	3,53	3,66	21,8	134,67	54-1г2020	
			напиток	Чай	200	0,2	0	6,5	26,8	54-1гн2020	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	4,83	82,57	35	239,06		
				масло сливочное	5						
				икра морковная	80	1,7	5,7	8,1	90,6	54-12з-2020	
			<i>итого</i>		545	30,36	112,93	79,35	791,88		0
1	4	Итого за день:			2875	134,04	181,18	454,51	3174,77		0