

Школа

ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Утвердил: должность

фамилия

дата

Директор

Зубов Д.Г.

5 5 2020

день месяц год

2	1	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные с овощами	100	3,13	4,6	17,67	125,13	54-21-2020	
			гор.напиток	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63		
				Чай с лимоном	180	0,3	0	6,7	27,9		
			хлеб	икра кабачковая	60	1,27	0,07	10,3	66,8	209	
				хлеб пшеничный	40	5,78	11,51	25,1	127,96		
				масло слив	10						
				хлеб ржаной	30						
				икра кабачковая	60						
			итого		520	15,56	20,78	87,77	410,79		0
2	1	Завтрак 2	фрукты	Банан	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338	
				Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389	
				Печенье	20	2,25	2,51	23,86	126,78		
			итого		320	4,18	3,44	66,63	313,85		0
2	1	Обед	закуска	Свекольная икра	60	1,8	5,7	9,1	95,2	54-15-2020	
			1 блюдо	Рассольник домашний	250	5,73	7,73	14,45	149,9	54-4-2020	
			2 блюдо	Куры тушеные с морковью	100	14,3	6,3	4,4	131,3	54-25-2020	
			гарнир	каша гречневая	100	3,1	6	19,7	145,8	54-11-2020	
			напиток	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81	54-1-2020	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,45	0,89	58,56	187,86		
				хлеб пшеничный	40						
			итого		780	29,88	26,62	126,01	791,06		0
2	1	Полдник	булочное	булочка школьная	60	3,66	0,38	31,98	143,68	2	
				яблоко	85						
			напиток	Какао с молоком	180	4,28	3,52	10	85,76	54-21-2020	
			итого		325	7,94	3,9	41,98	229,44		0
2	1	Ужин	гор.блюдо	Суп молочный с рисом	200	4,9	55,4	18,24	177,85	54-18-2020	
			напиток	Чай	200	0,2	0	0,1	1,4	54-1-2020	
			хлеб	хлеб пшеничный	40	4,83	82,57	35	239,06		
				масло сливочное	5						
			итого		445	9,93	137,97	53,34	418,31		
2	1	Итого за день:			2645	77,56	199,9	432,6	2540,65		0

Школ мм

ГБОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

12 лет и старше

Утвердил: должность

Директор

фамилия

Зубов Д.Г.

дата

5 2020

5

2020

54-21-2020

день

месяц

год

2	1	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные с овощами	150	3,76	5,52	21,2	150,16	54-21-2020	0
			гор.напиток	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63		
			хлеб	Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9		
				Хлеб пшеничный	40	8,28	13,12	35,1	292,8		
				масло сливочное	10						
				сыр	15						
				Икра кабачковая	100	1,52	0,08	18,36	80,16	209	
				хлеб ржаной	40						
			итого		595	18,94	23,32	109,36	614,02		0
2	1	Завтрак 2	фрукты	Банан	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338	
				Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389	
				Печенье	30	2,25	2,51	23,86	126,78		
			итого		330	4,18	3,44	66,63	313,85		0
2	1	Обед	закуска	Свекольная икра	90	2,25	7,13	11,38	119	54-15з2020	
			1 блюдо	Рассольник домашний	300	6,88	9,28	17,34	179,88	54-4с2020	
			2 блюдо	Куры тушеные с морковью	120	17,16	7,56	5,23	157,56	54-25м2020	
			гарнир	каша гречневая	100	3,1	6	19,7	145,8	54-11г2020	
			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						
			итого		930	36,57	31,31	161,29	965,03		0
2	1	Полдник	булочное	булочка школьная	60	3,66	0,38	31,98	143,68	2	
				яблоко	85						
			напиток	Какао с молоком	200	4,28	3,52	10	85,76	54-21г2020	
			итого		345	7,94	3,9	41,98	229,44		0
2	1	Ужин	гор.блюдо	Суп молочный с рисом	200	4,9	55,4	18,24	177,85	54-18к2020	
			напиток	Чай	200	0,2	0	0,1	1,4	54-1гн2020	
			хлеб	хлеб пшеничный	40	4,83	82,57	35	239,06		
				масло сливочное	5						
			итого		445	9,93	137,97	53,34	418,31		0
2	1	Итого за день:			2645	77,56	199,94	432,6	2540,65		0