

Школа

ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Утвердил:

Должность

Директор

Фамилия

Зубов Д.Г.

Дата

8

Месяц

4

2025

2	2	Завтрак	гор.блюдо	Суп гречневый молочный	200	5,74	15,76	138,72	54-17к2020
			омлет с морковью	180	5,08	4,6	28	63	
			гор.напиток	180	4,28	3,52	10	85,76	54-21г2020
			хлеб	40	5,78	11,51	25,1	127,96	
			масло сливочное	10					
			сыр	10					
		итого		620	20,88	25,49	78,86	415,44	0
2	2	Завтрак 2	фрукты	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
			молоко	200	4,5	6	6,3	97	
			хлеб пшеничный	40	17,1	9	22,4	239,3	54-6т2020
			повидло	15					
		итого		355	22,53	15,93	51,27	438,57	0
2	2	Обед	закуска	100					
			1 блюдо	250	2,25	5,35	13,33	110,38	54-18с2020
			2 блюдо	80	13,07	6,68	6,31	142	268
			гарнир	150	2,05	4,05	13,2	97,2	54-11г2020
			напиток	200	0,5	0	19,8	81	54-1кн2020
			хлеб черн.	50	4,45	0,89	58,56	187,86	
			хлеб пшеничный	35					
		итого		865	22,32	16,97	111,2	618,44	0
2	2	Полдник	булочное	100	3,66	0,38	31,98	143,68	2
			сырники	20					
			стуженное молоко	150	1	0	20,2	84,8	389
			ряженка	85					
			яблоко	355	20,38	21,71	56,1	501,43	0
		итого		80	12,5	8,4	7,3	153,5	235
2	2	Ужин	гор.блюдо	100	4,2	4,7	23,7	154,4	54-12г2020
			гарнир	180	0,2	0	0,1	1,4	54-1гн2020
			напиток	40	3,48	8,61	25	192,13	
			хлеб	7					
			масло сливочное	150					
			помидор консерв.	557	20,38	21,71	56,1	501,43	0
		итого		3107	111,15	102,19	405,71	2703,79	0
2	2	Итого за день:							

Школа № 30

ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

12 лет и старше

Утвердил:

должность

Директор

фамилия

Зубов Д.Г.

дата

8

день

4

месяц

2025

год

2	2	Завтрак	гор.блюдо	Суп гречневый молочный	200	5,74	5,86	15,76	138,72	54-17к2020
			гор.блюдо	омлет с морковью	75	5,08	4,6	28	63	
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,28	3,52	10	85,76	54-21г2020
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	8,28	13,12	35,1	292,8	
				масло сливочное	10					
				сыр	15					
				хлеб ржаной	40					
			итого		580	23,38	27,1	88,86	580,28	0
2	2	Завтрак 2	фрукты	Банан	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
				молоко	180	5,4	7,2	7,56	116,4	
				хлеб пшеничный	40	25,65	13,5	33,6	358,95	54-6г2020
				повидло	15	31,98	21,63	63,73	577,62	0
			итого		335					
2	2	Обед	закуска	капуста тушеная	120					
			1 блюдо	Свекольник	300	2,7	6,42	15,99	132,46	54-18с2020
			2 блюдо	Куриная котлета	100	16,33	8,35	7,88	177,5	268
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,07	6,07	19,8	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		950	29,28	22,18	151,31	818,55	0
2	2	Полдник	булочное	сырники	105	6,22	0,65	54,37	244,26	2
			напиток	стуженное молоко	30					
				ряженка	180	1	0	20,2	84,8	389
				яблоко	85					
			итого		385	7,22	0,65	74,57	329	0
2	2	Ужин	гор.блюдо	Шницель рыбный натуральный	100	15,6	10,5	9,13	191,88	235
			гарнир	Каша пшенная	120	5,04	5,64	28,44	185,28	54-12г2020
			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	10					
			итого	Огурец консервированный	50					
					520	25,67	98,71	72,67	617,62	0
2	2	Итого за день:			2330	117,53	17,27	451,14	2923,13	0