

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

9

день

4

2025

2	3	Завтрак	гор.блюдо	Капуста тушеная	100	2,4	3,33	9,67	79,13	54-8г2020
			гор.блюдо	Капуста тушеная	100	5,46	8,23	23,93	159,27	54-4г2020
			гор.блюдо	Капуста тушеная	180	3,58	3,36	11,1	88,72	54-23г2020
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	5,78	11,51	25,1	127,96	
				масло сливочное	10					
				сыр	10					
				Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63	
				хлеб ржаной	30					
			итого		510	22,3	31,03	97,8	518,08	
2	3	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
				Запеканка из творога	105	25,6	16,1	25	347,8	54-1г2020
				Ряженка	150	4,5	6	6,3	97	
			итого		355	31,03	23,03	53,87	547,07	0
2	3	Обед	закуска	свекольная икра	60	1,6	10,13	8,08	130	67
			1 блюдо	Суп с макаронными изделиями	250	6,43	3,48	23,13	149,5	54-7с2020
			2 блюдо	Плов с курицей	150	27,3	8,1	33,2	314,6	54-1г2020
			напиток	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81	54-1кн2020
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,45	0,89	58,56	187,86	
				хлеб пшеничный	40					
			итого		770	40,28	22,6	142,77	862,96	
2	3	Полдник	булочное	Булочка школьная	60	5,2	1,9	34	173,8	54-9б2020
			напиток	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
				яблоко	85					
			итого		345	6,2	1,9	54,2	258,6	0
2	3	Ужин	гор.блюдо	Оладьи из печени	80	14	9,2	12,6	187,4	54-31м2020
			гарнир	Картофельное пюре	150	2,05	4,05	13,2	97,2	54-11г2020
			напиток	Чай с лимоном	180	0,3	0	6,7	27,9	54-3г2020
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,48	8,61	25	192,13	
				масло сливочное	5					
				Помидор консервированный	50					
			итого		515	3,78	8,61	31,7	220,03	0
2	3	Итого за день:			2495	105,64	91,22	393,54	2503,94	0

Школ мм

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

9

месяц

4

2025

2	3	Завтрак	гор.блюдо	Капуста тушеная	100	2,4	3,33	9,67	79,13	54-8г2020
				Каша гречневая	120	6,55	2,7	28,7	191,12	54-4г2020
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	3,36	11,1	88,72	54-23г2020
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	8,28	13,12	35,1	292,8	
				масло сливочное	10					
				сыр	15					
				Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63	
				хлеб ржаной	40					
			итого		565	25,89	27,11	112,57	714,77	0
2	3	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
				Запеканка из творога	120	25,6	16,1	25	347,8	54-1г2020
				стуженное молоко	30					
				Ряженка	180	5,4	7,2	7,56	116,4	
			итого		430	31,93	24,23	55,13	566,47	0
2	3	Обед	закуска	Свекольная икра	60	2,4	15,19	12,12	195	67
			1 блюдо	Суп с макаронными изделиями	300	7,72	4,18	27,76	179,4	54-7г2020
			2 блюдо	Плов с курицей	200	36,4	10,8	44,27	419,47	54-12г2020
			гарнир							
			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	50					
			итого		980	53,7	31,51	191,79	1156,66	0
2	3	Полдник	булочное	Булочка школьная	60	5,2	1,9	34	173,8	54-9в2020
			напиток	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
				яблоко	260					
			итого		520	6,2	1,9	54,2	258,6	0
2	3	Ужин	гор.блюдо	Оладьи из печени	100	17,5	11,5	15,75	234,25	54-31м2020
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,08	6,08	19,8	145,8	54-11г2020
			напиток	Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9	54-3г2020
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	4,83	82,57	35	239,06	
				масло сливочное	7					
				Помидор консервированный	50					
			итого		547	5,13	82,57	41,7	266,96	0
2	3	Итого за день:			2867	143,43	184,9	490,94	3343,51	0