

Школа

ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

Утвердил

должность

Директор

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

дата

10.03.2025

2025

месяц

2025

2	1	Завтрак	гор.блюдо	Макаронны отварные с овощами	100	3,13	4,6	17,67	125,13	54-2Г2020
			Яйцо отварное		40	5,08	4,6	28	63	
			гор.напиток	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					
			<i>итого</i>		460	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	
			<i>итого</i>		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	54-15з2020
			1 блюдо	Рассольник домашний	250	5,73	7,73	14,45	149,9	54-4с2020
			2 блюдо	Куры тушеные с морковью	100	14,3	6,3	4,4	131,3	54-25м2020
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	145,8	54-1Г2020
			напиток	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,45	0,89	58,56	187,86	
				хлеб пшеничный	40					
			<i>итого</i>		830	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	54-21Г2020
			<i>итого</i>		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	54-18к2020
			напиток	Чай	180	0,2	0	0,1	1,4	
				Хлеб пшеничный	40	3,48	8,61	25	192,13	
				масло сливочное	5					
			<i>итого</i>		225	3,68	8,61	25,1	193,53	0
2	1	Итого за день:			2585	69,82	127,36	390,83	2310,05	0

Школа

ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

12 лет и старше

Директор

Зубов Д.Г.

10 2 2025

день месяц год

2	1	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные с овощами	126	3,76	5,52	21,2	150,16	54-2г2020	
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9		
			хлеб	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		565	18,94	23,32	109,36	614,02		0
2	1	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	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	54-15г2020	
			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	Картофельное пюре	150	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		980	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	1,6		
			хлеб белый	Хлеб пшеничный	60	3,48	8,61	25	192,13		
				масло сливочное	5						
			итого		465	3,48	8,61	25	192,13		0
2	1	Итого за день:			2700	81,24	208,55	457,7	2734,38		0

