





Школа

ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

## Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

12 лет и старше

Утвердил

Директор

должность

Зубов Д.Г.

фамилия

дата

2

2025

год

месяц

день

2	2	Завтрак	гор.блюдо	Суп гречневый молочный	200	5,74	5,86	15,76	138,72	54-17к2020
				Яйцо отварное	40	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					
			<i>итого</i>		545	23,38	27,1	88,86	580,28	0
2	2	Завтрак 2	фрукты	Сок фруктовый	200	0,93	0,93	22,57	102,27	338
				Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
				Хлеб пшеничный	40	5,4	7,2	7,56	116,4	
				повидло	15	25,65	13,5	33,6	358,95	54-6т2020
			<i>итого</i>		355	0				
2	2	Обед	закуски	Огурец консервированный	50					
			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					
			<i>итого</i>		880	29,28	22,18	151,31	818,55	0
2	2	Полдник	булочное	сырники	100	3,66	0,38	31,98	143,68	2
			напиток	стущ.молоко	30	3,6				
				ряженка	180	1	0	20,2	84,8	389
				Яблоко	85					
			<i>итого</i>		395	25,67	98,71	72,67	617,62	0
2	2	Ужин		Шницель рыбный натуральный	100	15,6	10,5	9,13	191,88	235
			гарнир	Каша пшеничная	100	5,04	5,64	28,44	185,28	54-12г2020
			напиток	Чай	200	0,2	0	0,1	1,4	54-1гн2020
				Хлеб пшеничный	40	4,83	82,57	35	239,06	
				масло сливочное	7					
				салат из капусты	100					
			<i>итого</i>		547	25,67	98,71	72,67	617,62	0
2	2	<b>Итого за день:</b>			2752	112,26	247,08	437,69	2862,55	0