

ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Утвердил: должность

Директор

фамилия

Зубов Д.Г.

дата

13

день

1

месяц

2025

год

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	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	яблоко	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	54-11г2020
			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
				Какао с молоком	180	4,28	3,52	10	85,76	54-21г2020
				яблоко	85					
			<i>итого</i>		605	8,58	64,01	43,34	371,38	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	54-1гн2020
				Хлеб пшеничный	40	3,48	8,61	25	192,13	
				масло слив	5					
			<i>итого</i>		425	8,58	64,01	43,34	371,38	0