

ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

**Типовое примерное меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория

7-11 лет

Утвердил: должность

Директор

фамилия

Зубов Д.Г.

Дата

14

1

2025

2	1	Итого за день:		3145	79	186,28	419,07	2573,66	0
2	2	Завтрак	гор.блюдо	200	5,74	5,86	15,76	138,72	54-17г2020
			Суп гречневый молочный	40	5,08	4,6	28	63	
			Яйцо отварное	180	4,28	3,52	10	85,76	54-21г2020
			гор.напиток	40	5,78	11,51	25,1	127,96	
			хлеб	10					
			хлеб пшеничный	30					
			масло сливочное	10					
			хлеб ржаной	10					
			сыр	10					
			<i>итого</i>	510	20,88	25,49	78,86	415,44	0
2	2	Завтрак 2	фрукты	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
			яблоко	180	4,5	6	6,3	97	
			молоко кипяченое	40	17,1	9	22,4	239,3	54-6г2020
			хлеб пшеничный	10					
			повидло	330	22,53	15,93	51,27	438,57	0
2	2	Обед	закуска	60					
			салат из капусты	250	2,25	5,35	13,33	110,38	54-18с2020
			1 блюдо	80	13,07	6,68	6,31	142	268
			2 блюдо	150	2,05	4,05	13,2	97,2	54-11г2020
			гарнир	200	0,5	0	19,8	81	54-1хг2020
			напиток	50	4,45	0,89	58,56	187,86	
			хлеб черн.	35					
			хлеб пшеничный	60	3,66	0,38	31,98	143,68	2
2	2	Полдник	булочка школьная	200	1	0	20,2	84,8	389
			сок фруктовый	85					
			яблоко	345	21,36	13,48	83,18	536,38	0
			<i>итого</i>	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	54-1гг2020
			Шницель рыбный натуральный	40					
			Каша пшеничная	5					
			Чай	50					
			хлеб пшеничный	455	16,9	13,1	31,1	309,3	0
			масло сливочное	2810	108,65	85,35	407,79	2546,61	0
			огурец консерв						
2	2	Итого за день:	<i>итого</i>	455	16,9	13,1	31,1	309,3	0
				2810	108,65	85,35	407,79	2546,61	0