

Школа

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

14 1 2025

	2	Завтрак	гор.блюдо	Суп гречневый молочный	200	день			15,76	138,72	54-17к2020
						5,74	5,86	15,76			
				месяц			год				
				14			1 2025				
			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	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		54-6Г2020
			<i>итого</i>		155	31,98	21,63	63,73	577,62		0
2	2	Обед	закуска	салат из капусты	80						
			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	80						
			<i>итого</i>		910	29,28	22,18	151,31	818,55		0
2	2	Полдник	булочное	булочка школьная	60	6,22	0,65	54,37	244,26		2
			напиток	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8		389
				яблоко	85						
			<i>итого</i>		345	25,67	98,71	72,67	617,62		0
2	2	Ужин	гор.блюдо	Шницель рыбный натуральный	100	15,6	10,5	9,13	191,88		235
			гарнир	Каша пшенная	100	5,04	5,64	28,44	185,28		54-12Г2020
			напиток	Чай	200	0,2	0	0,1	1,4		54-1ГН2020
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	4,83	82,57	35	239,06		
				Огурец консервированный	50						
			<i>итого</i>		490	25,67	98,71	72,67	617,62		0
2	2	<b>Итого за день:</b>			2790	143,2	268,98	523,81	3540,75		0