

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

15

1

2025

2	3	Завтрак	гор.блюдо	Капуста тушенная	120	2,4	3,33	месяц			54-8г2020	
								День	1	2025		
			Каша гречневая		100	6,55	2,7	9,67	79,13	28,7	191,12	54-4г2020
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	3,36	11,1	88,72	11,1	88,72	54-23г2020
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	8,28	13,12	35,1	292,8	35,1	292,8	
				масло сливочное	10							
				сыр	15							
				Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63			
				хлеб ржаной	40							
			итого		565	25,89	27,11	112,57	714,77			0
2	3	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27		338	
				Молоко кипяченое	200	25,6	16,1	25	347,8	25	347,8	54-1г2020
			итого		300	26,53	17,03	47,57	450,07			0
2	3	Обед	закуска	винегрет	100	2,4	15,19	12,12	195		67	
			1 блюдо	Суп с макаронными изделиями	300	7,72	4,18	27,76	179,4		54-7г2020	
			2 блюдо	Плов с курицей	200	36,4	10,8	44,27	419,47		54-12г2020	
			гарнир									
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81		54-1хн2020	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	80	6,63	1,34	87,84	281,79			
			хлеб	Хлеб пшеничный	80	4,83	82,57	35	239,06			
			итого		960							
2	3	Полдник		Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8		389	
				Вафли	30	5,2	1,9	34	173,8		54-9в2020	
				Яблоко	85							
			итого		1605	31,61	102,05	124,75	877,71			0
2	3	Ужин		Оладьи из печени	100	17,5	11,5	15,75	234,25		54,31м2020	
				Картофельное пюре	150	3,08	6,08	19,8	145,8		54-11г2020	
			напиток	Чай	200	0,3	0	6,7	27,9		54-3г2020	
				Помидор консервированный	50							
				<i>Хлеб шпеш</i>	<i>50</i>							
				<i>ш.сд.</i>	<i>5</i>							
			итого		565	20,88	17,58	42,25	407,95			0
2	3	Итого за день:			2720	164,81	197,18	573,13	3865,76			0