Школа: ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

Утвердил: должность: Директор

фамилия: Зубов Д.Г.

дата: 17 (день) 1 (месяц) 2024 (год)

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 12 лет и старше

2	5	Завтрак	гор.блюдо	Рыба тушеная в томате с овощами	150	14,4	7,8	6,6	154,5	54-11р2020	
				Каша перловая	100	293	3,93	20,33	128,6	54-5г2020	
			гор.напиток	Чай сладкий	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн2020	
			хлеб	Хлеб пшеничный	95	8,28	13,12	35,1	292,8		
				сливочное масло	10						
				сыр	15						
				Икра кабачковая	100	1,52	0,08	18,36	80,16		
				хлеб ржаной	40						
			итого		710	317,4	24,93	86,89	682,86		0
2	5	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	185	0,93	0,93	22,57	102,27	338	
				Сок фруктовый	200	2,25	2,51	23,86	126,78		
				конфета шоколадная	30	6,86	9,02	50,1	309,46		
			итого		415	10,04	12,46	96,53	538,51		0
2	5	Обед	закуска	Огурец консервированный	50						
			1 блюдо	Суп овощной	300	2,52	6,36	13,56	128,16	99	
			2 блюдо	Биточек куриный	100	19,2	4,4	13,47	169,47	54-23м2020	
			гарнир	Каша гречневая	150	7,23	3,07	31,91	212,36	54-4г2020	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	80	6,83	1,34	87,84	281,79		
				Хлеб пшеничный	100						
			итого		980	36,18	15,17	166,58	872,78		0
2	5	**Итого за день:**			2105	363,62	52,56	350	2094,15		0