

Школ мм ГБОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

## Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

12 лет и старше

Утвердил: должность

фамилия

дата

Директор

Зубов Д.Г.

21 1 2025

день месяц год

1	2	Завтрак	гор.блюдо	каша манная молочная	200	7,1	6,7	23,8	184,4	54-20п2020	
				Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63	50	
			гор.напиток	кофейный н-к с молоком	200	4,28	3,52	10	85,76	54-21пн2020	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	8,28	13,12	35,1	292,8		
				сливочное масло	10	24,74	27,94	96,9	625,96		0
				твердый сыр	15						
				хлеб ржаной	40						
1	2	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338	
				сок	200	3,58	3,36	11,1	88,72	54-23г2020	
			<i>итого</i>		398	4,51	4,29	33,67	190,99		0
1	2	Обед	закуска	Свекольная икра	90	1,8	5,7	9,1	95,2	54-15-3-2020	
			1 блюдо	Суп с картофелем и горохом	300	10,02	6,9	24,42	199,72	54-8с2020	
			2 блюдо	Рагу из курицы	250	21	7	17,5	217,4	54-22м2020	
			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	50						
			<i>итого</i>		970	40	20,94	158,66	875,11		0
1	2	Полдник		Повидло	15						
				яблоко	85						
			напиток	Какао со сгущ. молоком	200	6,22	0,65	54,37	244,26	2	
				Хлеб пшеничный	40						
			<i>итого</i>		300	6,22	0,65	54,37	244,26		0
1	2	Ужин	гор.блюдо	Оладьи из печени	120	21	13,8	18,9	93,7	54-31м2020	
			гарнир	Каша пшенная	100	4,2	4,7	23,7	154,4	54-12г2020	
			напиток	Чай	200	0,2	0	0,1	1,4	54-1гн2020	
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	4,83	82,57	35	239,06		
				масло сливочное	7						
				Помидор консерв	50	0,33	0,42	0,71	4,54	70	
			<i>итого</i>		477	0,33	0,42	0,71	4,54		0
1	2	Итого за день:			2841	106,03	155,31	422,01	2429,42		0