

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.

1	3	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный гречневый	200	5,74	5,86	2025		54-17п2020
								день	год	
			Яйцо отварное		40	5,08	4,6	15,76	158,72	54-17п2020
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,28	3,52	28	63	50
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	8,28	13,12	10	85,76	54-21пн2020
				масло сливочное	10			35,1	292,8	
				сыр	10					
				хлеб ржаной	40					
			<i>итого</i>							
1	3	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	550	23,38	27,1	88,86	600,28	
				вафли	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
				кофейный напиток с молоком	30	5,4	7,2	7,56	116,4	
					200	25,6	16,1	25	347,8	54-1т2020
			<i>итого</i>							
1	3	Обед	закуска	Капуста тушенная	330	31,93	24,23	55,13	566,47	
			1 блюдо	Суп с макаронными изделиями	100	2,4	3,33	9,73	79,13	54-8г2020
			2 блюдо	Шницель из курицы	300	7,72	4,18	27,76	179,4	54-7с2020
			гарнир	Картофельное пюре	100	19,2	4,4	13,47	169,47	54-24м2020
			напиток	Компот из сухофруктов	150	2,05	4,05	13,2	97,2	54-11г2020
			хлеб.бел	хлеб пшеничный	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	80	10,28	16,12	38,14	325,8	
			<i>итого</i>							
1	3	Полдник	булочное	Булочка школьная	1010	48,83	33,42	209,94	1213,79	
			напиток	Сок фруктовый	60	5,2	11,9	34	173,8	54-9в2020
				яблоко	200	1	0	20,2	84,8	389
			<i>итого</i>		85					
			<i>итого</i>		345	6,2	11,9	54,2	258,6	0
1	3	Ужин	гор.блюдо	Котлета рыбная	665	23,63	91,27	80,79	575,45	0
			гарнир	каша ячневая	100	14,1	2,8	8,6	115,59	54-3р2020
			напиток	чай	120	4,4	5,9	30,49	192,9	
				хлеб пшеничный	200	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн2020
				масло сливочное	60	4,83	82,57	35	239,06	
				винегрет	6					
			<i>итого</i>		100	1,6	10,13	8,08	130	67
					586	25,23	101,4	88,87	705,45	0
1	3	Итого за день:			2797	159,2	289,32	577,79	3920,04	0