

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.

23 1 2025

день месяц год

1	4	Завтрак	гор.блюдо	Рыба тушенная в томате с овощами	150	14,4	7,8	6,6	154,5	54-11р2020
				Каша гречневая	100	5,46	2,3	23,93	159,27	54-4г2020
			гор.напиток	Чай	200	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн2020
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	8,28	13,12	35,1	292,8	
				сливочное масло	10					
				сыр	15					
				Икра кабачковая	100	1,52	0,08	18,36	80,16	209
				хлеб ржаной	40					
			<i>итого</i>		655	29,96	23,3	90,69	714,63	0
1	4	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
				кипяченое молоко	200	5,4	7,2	7,56	116,4	
				Вафли	30	3,38	3,76	35,79	190,17	
			<i>итого</i>		330	9,71	11,89	65,92	408,84	0
1	4	Обед	закуска	Помидор консервированный	50					
			1 блюдо	Рассольник "Ленинградский"	300	7,12	9,36	20,4	164,08	54-3с2020
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему с курицей	250	21	10,25	13	228,63	54-27м2020
			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	40					
1	4	Полдник	булочное	Булочка школьная	60	6,22	0,65	54,37	244,26	2
				яблоко	85					
				какао с молоком сгущ.	200	3,3	3,3	22	130,93	54-22г2020
			<i>итого</i>		765	30,05	25,31	90,62	706,48	0
1	4	ужин	гор,блюдо	Печень говяжья по-строгановски	120	20,1	21	7,95	300,75	54-18м2020
			гарнир	Макаронные изделия отварные	100	3,53	3,66	21,8	134,67	54-1г2020
			напиток	Чай	200	0,2	0	6,5	26,8	54-1гн2020
				хлеб пшеничный	60					
				масло сливочное	6					
				Помидор консервированный	50					
			<i>итого</i>		536	23,83	24,66	36,25	462,22	0
1	4	Итого за день:			2845	103,07	89,11	359,85	2667,36	0