

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.

25 1 2025

день месяц год

1	5	Завтрак	гор.блюдо	Котлета рыбная	120	16,92	3,36	10,32	139,08	54-3р2020
			Рис припущенный		100	2,26	3,6	23,26	134,73	54-7г2020
			гор.напиток	Чай	200	0,3	0	6,7	27,9	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	8,28	13,12	35,1	292,8	
				масло сливочное	10					
				сыр	10					
				Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63	
				Хлеб ржаной	40					
			<i>итого</i>		560	32,84	24,68	103,38	657,51	0
1	5	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	185	0,93	0,93	22,57	102,27	338
				Конфета шоколадная	30	3,38	3,76	35,79	190,17	
				Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
			<i>итого</i>		415	5,31	4,69	78,56	377,24	0
1	5	Обед	закуска	Помидор консервированный	50					
			1 блюдо	Борщ из капусты и картошки на курином бульоне	300	7,06	9,16	15,16	171,34	54-2с2020
			2 блюдо	Куры тушеные с морковью	120	17,16	7,56	5,98	157,56	54-25м2020
			гарнир	Макаронные изделия отварные	120	5,3	5,5	32,7	202	54-11г2020
			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					
			<i>итого</i>		910	36,7	23,56	161,48	893,69	0
1	5	Итого за день:			1885	74,85	52,93	343,42	1928,44	0