

Школа

ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

Утвердил: должность

Директор

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

фамилия

дата

Зубов Д.Г.

26

2

2025

день

месяц

год

2	3	Завтрак	гор.блюдо	Капуста тушеная	100	2,4	3,33	9,67	79,13	54-8г2020
				Каша гречневая	100	5,46	8,23	23,93	159,27	54-4г2020
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	180	3,58	3,36	11,1	88,72	54-23г2020
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	5,78	11,51	25,1	127,96	
				масло сливочное	10					
				сыр	10					
				Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63	
				хлеб ржаной	30					
			<i>итого</i>		510	22,3	31,03	97,8	518,08	0
2	3	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
				Запеканка из творога	95	25,6	16,1	25	347,8	54-1г2020
				Ряженка	150	4,5	6	6,3	97	
				Сметана	10					
			<i>итого</i>		355	31,03	23,03	53,87	547,07	0
2	3	Обед	закуска	Винегрет	100	1,6	10,13	8,08	130	67
			1 блюдо	Суп с макаронными изделиями	250	6,43	3,48	23,13	149,5	54-7с2020
			2 блюдо	Плов с курицей	150	27,3	8,1	33,2	314,6	54-12г2020
			напиток	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,45	0,89	58,56	187,86	
				хлеб пшеничный	40					
			<i>итого</i>		770	40,28	22,6	142,77	862,96	
2	3	Полдник	напиток	Булочка школьная	60	5,2	1,9	34	173,8	54-9в2020
				Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
				яблоко	85					
			<i>итого</i>		1345	62,53	37,75	222,77	1406,16	0
2	3	Ужин	гор.блюдо	Оладьи из печени	80	14	9,2	12,6	187,4	54-31м2020
			гарнир	Картофельное пюре	150	2,05	4,05	13,2	97,2	54-11г2020
			напиток	Чай с лимоном	180	0,3	0	6,7	27,9	54-3г2020
				Хлеб пшеничный	50	3,48	8,61	25	192,13	
				Масло сливочное	5					
				Помидор консер.	50					
			<i>итого</i>		515	19,83	21,86	57,5	504,63	0
2	3	Итого за день:			2795	182,17	138,17	628,91	4097,5	0

Школа

ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

12 лет и старше

Утвердил: должность

Директор

фамилия

Зубов Д.Г.

дата

26 2 2025

2	3	Завтрак	гор.блюдо	Капуста тушеная	100	2,4	3,33	9,67	79,13	54-8г2020														
											гор.напиток	Хлеб пшеничный	масло сливочное	сыр	Яйцо отварное	хлеб ржаной	итого	фрукты	Яблоко	Запеканка из творога	сметана	Ряженка	итого	закуска
					120	6,55	2,7	28,7	191,12	54-4г2020														
					200	3,58	3,36	11,1	88,72	54-23г2020														
					40	8,28	13,12	35,1	292,8															
					10																			
					15																			
					40	5,08	4,6	28	63															
					40																			
					565	25,89	27,11	112,57	714,77	0														
2	3	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338														
				Запеканка из творога	105	25,6	16,1	25	347,8	54-1т2020														
				сметана	10																			
				Ряженка	180	5,4	7,2	7,56	116,4															
				итого	395	31,93	24,23	55,13	566,47	0														
2	3	Обед	закуска	винегрет	150	2,4	15,19	12,12	195	67														
			1 блюдо	Суп с макаронными изделиями	300	7,72	4,18	27,76	179,4	54-7с2020														
			2 блюдо	Плов с курицей	200	36,4	10,8	44,27	419,47	54-12т2020														
			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	Хлеб пшеничный	40	4,83	82,57	35	239,06															
2	3	Полдник		булочка школьная	60	5,2	1,9	34	173,8	54-9в2020														
				Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389														
				яблоко	85																			
				итого	635	31,61	102,05	124,75	877,71	0														
2	3	Ужин	горяч блюдо	Оладьи из печени	100	17,5	11,5	15,75	234,25	54-31м2020														
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,08	6,08	19,8	145,8	54-11г2020														
			напиток	Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9	54-3г2020														
				Хлеб пшеничный	40	4,83	82,57	35	239,06															
				Масло сливочное	7																			
				Помидор консерв.	50																			
				итого	547	25,71	100,15	77,25	647,01	0														
2	3	Итого за день:			3382	175,04	286,95	615,69	4221,22	0														