Загребельная Ольга Анатольевна

Подписано цифровой подписью: Загребельная Ольга Анатольевна
Дата: 2024.04.18 09:10:55 +03'00'

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
Ростовской области
«Волгодонская специальная школа-интернат № 14»
(ГКОУ РО Волгодонская школа-интернат № 14)

МЕНЮ

16 апреля 2024 г.

Наименование блюд	Выход порции для детей с 7-11 лет	Выход порции для детей с 12 лет и	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич. Ценность (Ккал)
Завтрак						
Сыр	10	15	2,3/3,5	3/4,4	0	36/54
Каша жид.молочная пшенная	200/10	250/10	7,5/8,25	11,7/12,87	37,1/40,81	285/313,5
Какао с молоком	200	200	4,1	3,5	7,6	78,6
Хлеб пшеничный	50	50	3,9	0,5	24,9	116,9
Пастила	20	20	1,7	0,8	15,4	75,6
Завтрак 2						
Сок фруктовый	200	200	1	0	20,2	84,8
Обед						
Щи из св.кап. с карт. с отв.мясом	250/25	250/25	6,3	8,4	7,9	160,2
Птица отварная	90	120	11,03/14,7	16,9/22,5	0,4/0,5	282,6/376,8
Рис припущенный	150	150	3,6	4,3	36,7	200
Кукуруза консервирован.	100	100	2,6	0,3	8,8	40,2
Компот из сухофруктов б/с	200	200	0,4	0	22	39,8
Хлеб пшеничный	50	90	3,9/7	0,5/0,9	24,9/44,8	116,9/210,4
Хлеб ржано-пшеничный	50	70	3,3/4,6	0,6/0,8	17,1/23,9	90,5/126,7
Полдник						
Лапшевник с творогом	105	105	6,9	6,6	20,1	194
Чай с сахаром	200	200	0,1	0	15	60
Ужин						
Печень, тушенная в соусе	100	120	11,66/13,99	8,76/10,51	3,81/4,57	159/190,8
Картофель отварной	150	180	2,9/3,48	4,3/5,16	23/27,6	142,3/170,76
Винегрет овощной с фасолью	100	100	1,7	7,1	6	95,2
Кисель из яблок	200	200	0,1	0,1	25,1	119,2
Хлеб пшеничный	50	50	3,9	0,5	24,9	116,9
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	2/3,3	0,4/0,6	10,3/17,1	54,3/90,5
Ужин 2						
Молоко кипяченое	200	200	5,8	5	9,6	107

Директор ГКОУ РО Волгодонской школы-интерната № 14 О.А.Загребельная

Шеф повар,калькулятор О.А. Белкина