Утверждаю:
директор ГБОУ АО "Вельская СКОШИ"
Винниченко С.А.

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 01 декабря 2023 года

4 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	7-11 лет					Витамины				Минеральные вещества			
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Каша пшено	1	324	200	5,2	6,4	29,7	204	0,1	0	31,2	25,7	25,7	103	37,7	1,3
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8
	Хлеб ржаной	1	11	20	1,1	0,2	4,5	33,6	0,1	0	0	1,1	7	31,6	9,4	0,8
	Рыба красная (соленая)	1	36	25	6	2,4	0	46	0	0	0	0	4,6	0,7	4,3	0,2
	Масло (порциями)	1	13	15	0,2	12,5	0,2	112,2	0	0	88,5	0,3	1,8	2,9	0	0
	Кофейный напиток с молоком	2	432	200	2,2	1,2	24,3	114,6	0	0,3	8,8	0	68	65,9	18,6	0,6
	Итого за завтрак			**510**	**15,8**	**22,9**	**66,7**	**549**	**0,3**	**0,3**	**128,5**	**27,5**	**114,1**	**235,1**	**79,4**	**3,7**
Второй завтрак	Пирожок с вареной сгущенкой	2	507	60	8	8,3	24,8	215,3	0	0	0	0	51	84	12	0,8
	Чай сладкий	2	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9
	Банан	2	19	100	1,5	0,5	21	96	0	10	20	0	8	28	42	0,6
	Итого за второй завтрак			**360**	**9,8**	**8,8**	**61,2**	**374,2**	**0**	**11,2**	**20,2**	**0**	**75**	**121,5**	**61**	**2,3**
Обед	Салат из капусты	2	16,2	60	0,6	2,4	1,8	31	0	0	0	0	13,2	16,8	45	4,2
	Борщ с капустой	2	76	200	7	8	9,4	134,5	0	6,7	153,9	0,4	36	31,3	25	1,8
	Макароные изделия	2	331	150	5,3	4,5	37,8	188,8	0,1	0	26,6	1,1	10,2	40,8	7,4	9,8
	Мясо тушеное	2	257	90	27,2	29,3	5	375,8	0	14,6	100,2	3,9	18	266	35,7	4,2
	Сок	1	442	200	1	0,2	20,2	92	0,1	4	0	0	14	14	8	2,8
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8
	Хлеб ржаной	1	11	50	2,8	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2
	Итого за обед			**800**	**45**	**45,1**	**93,4**	**944,7**	**0,4**	**25,3**	**280,7**	**6,9**	**115,9**	**478,9**	**154**	**25,6**
Ужин	Зеленый горошек		3,02	60	1,8	0	4	24	0	0	0	0	12	37,2	12,6	0,6
	Пюре картофельное	2	335	150	3,1	5	20,1	133,6	0,2	10,4	30,8	0,3	36,9	86,3	29,5	1,1
	Котлета рыбная	1	541	90	12,2	8,9	15,2	190,8	0,1	0,9	0	0	54,5	168,1	30,6	0,9
	Компот из смеси сухофруктов	2	402	200	0	0	21,8	86,2	0	0	1,6	0	9,1	0	1,9	0
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8
	Хлеб ржаной	1	11	50	2,8	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2
	Итого за ужин			**600**	**21**	**14,6**	**80,3**	**557,2**	**0,5**	**11,3**	**32,4**	**1,8**	**137**	**401,6**	**107,5**	**5,4**
Второй ужин	Ряженка	2	435	200	5,8	5	8,4	108	0	0,6	44	0	248	184	28	0,2
	Пряники	2	24	30	1,8	1,4	22,5	109,8	0	0	0	0	3,3	15	2,7	0,2
	Итого за второй ужин			**230**	**7,6**	**6,4**	**30,9**	**217,8**	**0**	**0,6**	**44**	**0**	**251,3**	**199**	**30,7**	**0,4**
	ИТОГО за день			**2500**	**99,2**	**97,8**	**332,5**	**2642,9**	**1,2**	**48,7**	**505,8**	**36,2**	**693,3**	**1436,1**	**432,6**	**37,4**

Медицинска сестра диетическая Калинина Н.А

Утверждаю:
директор ГБОУ АО "Вельская СКОШИ"
Винниченко С.А.

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 01 декабря 2023 года

4 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет					Витамины				Минеральные вещества			
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	ВС	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Каша пшено	1	324	250	6,5	8	37,1	255	0,1	0	39	32,1	32,1	128,8	47,1	1,6
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8
	Хлеб ржаной	1	11	20	1,1	0,2	4,5	33,6	0,1	0	0	1,1	7	31,6	9,4	0,8
	Рыба красная (соленая)	1	36	30	7,2	2,9	0	55,2	0	0	0	0	5,5	0,8	5,2	0,2
	Масло (порциями)	1	13	20	0,3	16,6	0,3	149,6	0	0	118	0,4	2,4	3,8	0	0
	Кофейный напиток с молоком	2	432	200	2,2	1,2	24,3	114,6	0	0,3	8,8	0	68	65,9	18,6	0,6
	Итого за завтрак			**570**	**18,4**	**29,1**	**74,2**	**646,6**	**0,3**	**0,3**	**165,8**	**34**	**122**	**261,9**	**89,7**	**4**
Второй завтрак	Пирог с вареной сгущенкой	2	507	60	8	8,3	24,8	215,3	0	0	0	0	51	84	12	0,8
	Чай сладкий	2	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9
	Банан	2	19	100	1,5	0,5	21	96	0	10	20	0	8	28	42	0,6
	Итого за второй завтрак			**360**	**9,8**	**8,8**	**61,2**	**374,2**	**0**	**11,2**	**20,2**	**0**	**75**	**121,5**	**61**	**2,3**
Обед	Салат из капусты	2	16,2	100	1	4	3	51,7	0	0	0	0	22	28	75	7
	Борщ с капустой	2	76	250	8,8	10	11,8	168,1	0	8,4	192,4	0,5	45	39,1	31,3	2,3
	Макароные изделия	2	331	200	7,1	6	50,4	251,7	0,1	0	35,5	1,5	12,3	54,4	9,9	13
	Мясо тушеное	2	257	100	30,2	32,6	5,6	418,6	0	14,6	100,2	3,9	20	236,5	39,6	4,2
	Сок	1	442	200	1	0,2	20,2	92	0,1	4	0	0	14	14	8	2,8
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8
	Хлеб ржаной	1	11	50	2,8	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2
	Итого за обед			**950**	**52**	**53,5**	**110,2**	**1104,7**	**0,4**	**27**	**328,1**	**7,4**	**137,8**	**482**	**196,7**	**32,1**
Ужин	Зеленый горошек		3,02	100	3	0	7	40	0	0	0	0	20	62	21	1
	Пюре картофельное	2	335	200	4,1	6,7	26,8	176,1	0,2	13,8	41	0,3	49,2	115,1	39,1	1,5
	Котлета рыбная	1	541	100	13,5	9,9	16,9	211,1	0,1	1	0	0	60,6	186,8	34	1
	Компот из смеси сухофруктов	2	402	200	0	0	21,8	86,2	0	0	1,6	0	9,1	0	1,9	0
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8
	Хлеб ржаной	1	11	50	2,8	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2
	Итого за ужин			**700**	**24,5**	**17,3**	**91,7**	**636**	**0,5**	**14,8**	**42,6**	**1,8**	**163,4**	**473,9**	**128,9**	**6,3**
Второй ужин	Ряженка	2	435	200	5,8	5	8,4	108	0	0,6	44	0	248	184	28	0,2
	Пряник	1	20	30	1,8	1,4	22,5	109,8	0	0	0	0	3,3	15	2,7	0,2
	Итого за второй ужин			**230**	**7,6**	**6,4**	**30,9**	**217,8**	**0**	**0,6**	**44**	**0**	**251,3**	**199**	**30,7**	**0,4**
	ИТОГО за день			**2810**	**112,3**	**115,1**	**368,2**	**2979,3**	**1,2**	**53,9**	**600,7**	**43,2**	**749,5**	**1538,3**	**507**	**45,1**

Медицинская сестра диетическая Калинина Н.А.