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

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 05 декабря 2023 года

6 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	7-11 лет					Витамины				Минеральные вещества			
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Омлет натуральный	2	214	200	17	3	3.3	340	0	0,2	113,3	0,4	128,5	265,3	21,1	26,7
	Икра кабачковая	2	7	60	1,1	3,8	6,2	62,4	0	21,5	0	0	23,3	24,4	10,6	0,6
	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
	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
	Чай сладкий	2	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9
	Итого за завтрак			**545**	**20,8**	**19,7**	**37,6**	**649,7**	**0,2**	**22,9**	**402**	**8,2**	**183,6**	**364,7**	**57,5**	**29,8**
Второй завтрак	Ватрушка с повидлом	2	136,01	60	7,5	8,3	24,8	215,3	0	0	0	0	51	84	12	0,6
	Молоко кипяченое	2	127,01	200	3	3	4	56	0	0	0	0	121	91	14	0
	Мандарин	1	140,1	100	0,4	0,4	9,8	44	0	11	0	0	24,8	0,8	13	0,6
	Итого за второй завтрак			**360**	**10,9**	**11,7**	**38,6**	**315,3**	**0**	**11**	**0**	**0**	**196,8**	**175,8**	**39**	**1,2**
Обед	Салат свекла с чесноком	2	64	60	0,8	5,1	5,1	69	0	5,6	0	0	23,1	24,3	12,5	0,8
	Суп фасолевый	2	126	200	4,4	3,8	15,5	116	0,2	9,9	0	0	37	111,3	30,3	1,4
	Бигус	2	31	200	13,4	17,2	16,3	272,6	0	0	0	0	89	70	36	1
	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			**760**	**23,5**	**27**	**76,3**	**672,2**	**0,5**	**19,5**	**0**	**1,5**	**187,6**	**329,6**	**119,7**	**8,8**
Ужин	Кукуруза		245	60	1,3	0	6,7	32,4	0,9	0	0	0	0,5	0	0,7	0,2
	Картофель запеченный	1	56	150	99	3,9	4,7	114	0	0	0	0	9,8	21,5	54,4	1,1
	Зразы рубленные	1	278	90	12,4	19,1	12,4	249	0	0	0	0	13,5	113,6	19,1	1,2
	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**	**116,6**	**23,7**	**64,8**	**604,2**	**1,1**	**0**	**1,6**	**1,5**	**57,4**	**245,1**	**109**	**5,3**
Второй ужин	Йогурт	2	435	200	4	3	6	96	0,1	1,4	40	0	240	190	28	0
	Вафли	2	23	30	0,8	1	23,2	106,2	0	0	0,9	0	4,8	10,8	3	0,5
	Итого за второй ужин			**230**	**4,8**	**4**	**29,2**	**202,2**	**0,1**	**1,4**	**40,9**	**0**	**244,8**	**200,8**	**31**	**0,5**
	ИТОГО за день			**2495**	**176,6**	**86,1**	**246,5**	**2443,6**	**1,9**	**54,8**	**444,5**	**11,2**	**870,2**	**1316**	**356,2**	**45,6**

Медицинска сестра диетическая Калинина Н.А

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

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" в на 05 декабря 2023 года

6 день	Меню	Сборник	№ рецепт. по сборнику	12-18 лет					Витамины				Минеральные вещества			
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Омлет натуральный	2	214	200	17	3	3,3	340	0	0,2	313,3	6,5	128,5	265,3	21,1	26,7
	Икра кабачковая	2	7	100	1,8	6,3	10,3	104	0	35,8	0	0	38,8	40,7	17,7	1
	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
	Масло (порциями)	1	13	20	0,3	16,6	0,3	149,6	0	0	118	0,4	2,4	3,8	0	0
	Чай сладкий	2	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9
	Итого за завтрак			**590**	**21,6**	**26,3**	**41,8**	**728,7**	**0,2**	**37,2**	**431,5**	**8,4**	**199,7**	**381,9**	**64,6**	**30,2**
Второй завтрак	Ватрушка с повидлом	1	136,01	60	7,5	8,3	24,8	215,3	0	0	0	0	51	84	12	0,6
	Молоко кипяченое	2	127,01	200	3	3	4	56	0	0	0	0	121	14	91	0
	Мандарин	1	140,1	100	0,4	0,4	9,8	44	0	11	0	0	24,8	0,8	13	0,6
	Итого за второй завтрак			**360**	**10,9**	**11,7**	**38,6**	**315,3**	**0**	**11**	**0**	**0**	**196,8**	**98,8**	**116**	**1,2**
Обед	Салат свекла с чесноком	2	64	100	1,3	8,5	8,5	115	0	9,3	0	0	38,5	40,5	20,8	1,1
	Суп фасолевый	2	126	250	5,5	4,8	19,4	145	0,2	12,4	0	0	46,2	139,1	37,9	1,8
	Бигус	2	31	250	16,8	21,5	20,4	340,8	0	0	0	0	111,3	87,5	45	1,3
	Сок	1	442	200	13,4	0,2	20,2	92	0,1	4	0	0	14	14	8	2,8
	Хлеб пшеничный	1	10	50	13,4	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8
	Хлеб ржаной	1	11	50	13,4	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2
	Итого за обед			**900**	**63,8**	**35,7**	**87,7**	**815,4**	**0,5**	**25,7**	**0**	**1,5**	**234,5**	**391,1**	**144,6**	**9,8**
Ужин	Кукуруза	2	245	100	2,2	0	11,2	54	1,5	0	0	0	0,8	0	1,2	0,3
	Картофель запеченный	1	56	200	132	5,2	6,3	152	0	0	0	0	13	28,6	72,5	1,5
	Зразы рубленные	1	278	100	13	20,4	13	277,1	0	2,7	58,6	3,1	29,4	159	26,6	2,6
	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**	**151,1**	**26,3**	**71,5**	**691,9**	**1,7**	**2,7**	**60,2**	**4,6**	**76,8**	**297,6**	**135,1**	**7,2**
Второй ужин	Йогурт	2	435	200	4	3	6	96	0,1	1,4	40	0	240	190	28	0
	Вафли	1	23	30	0,8	1	23,2	106,2	0	0	0,9	0	4,8	10,8	3	0,5
	Итого за второй ужин			**230**	**4,8**	**4**	**29,2**	**202,2**	**0,1**	**1,4**	**40,9**	**0**	**244,8**	**200,8**	**31**	**0,5**
	ИТОГО за день			**2780**	**252,2**	**104**	**268,8**	**2753,5**	**2,5**	**78**	**532,6**	**14,5**	**952,6**	**1370,2**	**491,3**	**48,9**

Медицинская сестра диетическая Калинина Н.А.