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

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 09 декабря 2023 года

10 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	Запеканка творожная	2	224	200	35	22,5	30,1	343	0,1	0,4	101,7	2,8	279	418	49,7	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
	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
	Сыр (порциями)	2	14	15	3,5	4,4	0	54,5	0	0,1	39	0,1	132	75	5,3	0,2
	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			**500**	**43,1**	**41**	**67,1**	**696,5**	**0,3**	**0,8**	**238**	**4,7**	**494,8**	**624,4**	**92,4**	**4**
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
	Чай сладкий	2	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9
	Апельсин	1	140,1	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0
	Итого за второй завтрак			**360**	**7,8**	**8,3**	**45,2**	**300,7**	**0**	**1,2**	**0,2**	**0**	**75**	**93,5**	**19**	**1,5**
Обед	Винегрет	2	103	60	0,7	6,1	4,5	76	0	5,6	0	0	14,7	24,4	11,1	0,5
	Суп рыбный с крупой	2	192	200	13,8	8,4	8,1	156,7	0	0	0	0	29,8	182,2	31	1,7
	Макаронные 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
	Печень по-строгановски	2	256	90	22,7	14,7	0	238	0,2	17,6	90	1,8	11,3	340	22,5	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 обед			**800**	**46,4**	**34,4**	**91,4**	**868,3**	**0,5**	**23,2**	**118,2**	**4,4**	**99,6**	**697,4**	**106,8**	**23,8**
Ужин	Картофель с овощами в соусе	2	303	150	3,4	9,5	25,3	205	0,2	28,6	0,1	0	29,4	95,6	36,6	1,4
	Кура запеченная	2	108,02	90	19,8	12,6	0	208,8	0	0	0	0	15,3	128,7	16,2	0,9
	Сок	2	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 ужин			**540**	**28,1**	**23**	**64,7**	**628,4**	**0,5**	**32,6**	**0,1**	**1,5**	**83,2**	**348,3**	**93,7**	**7,9**
Второй ужин	Йогурт	2	435	200	4	3	6	96	0,1	1,4	40	0	240	190	28	0
	Сухари	2	412,01	30	4,5	5,3	52,5	169,5	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого за второй ужин			**230**	**8,5**	**8,3**	**58,5**	**265,5**	**0,1**	**1,4**	**40**	**0**	**240**	**190**	**28**	**0**
	ИТОГО за день			**2430**	**133,7**	**165,2**	**533,9**	**2494**	**2,7**	**97,8**	**356,5**	**250,6**	**942,6**	**1791,6**	**311,9**	**37,2**

Медицинска сестра диетическая Калинина Н.А

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

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на а 09 декабря 2023 года

10 день	Меню	Сборник	№ рецепт. по сборнику	12-18 лет					Витамины				Минеральные вещества			
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Запеканка творожная	2	224	250	43,8	28,1	37,6	428,8	0,1	0,5	126,3	3,5	348,8	522,5	62,1	2
	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
	Сыр (порциями)	2	14	20	4,5	5,9	0	72,8	0	0,1	52	0,1	176	100	7	0,2
	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			**560**	**53**	**52,2**	**74,7**	**838**	**0,3**	**0,9**	**305,1**	**5,5**	**609,2**	**754,8**	**106,5**	**4,4**
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
	Чай сладкий	2	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9
	Апельсин	1	140,1	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0
	Итого за второй завтрак			**360**	**7,8**	**8,3**	**45,2**	**300,7**	**0**	**1,2**	**0,2**	**0**	**75**	**93,5**	**19**	**1,5**
Обед	Винегрет	2	103	100	1,1	9,8	28,8	121,6	0	8,9	0	0	23,5	39	17,8	0,8
	Суп рыбный с крупой	2	192	250	17,3	10,5	10,1	195,9	0	0	0	0	37,2	222,7	38,8	2,1
	Макаронные 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
	Печень по-строгановски	2	256	100	25,2	16,3	0	264,4	0,2	19,6	100	2	12,6	377,8	25	10
	Компот из смеси сухофруктов	2	402	200	0	0	21,8	86,2	0	0	1,6	0	8,1	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 обед			**950**	**54,6**	**43,3**	**130,3**	**1042,4**	**0,5**	**28,5**	**137,1**	**5**	**118,2**	**803,9**	**126,3**	**28,7**
Ужин	Картофель с овощами в соусе	2	303	230	5,2	14,5	38,7	314,3	0,2	43,8	0,1	0	45,1	146,6	56,1	2,2
	Кура запеченная	2	108,02	100	22	14	0	232	0	0	0	0	17	143	18	1
	Сок	2	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 ужин			**630**	**32,1**	**29,4**	**78,1**	**760,9**	**0,5**	**47,8**	**0,1**	**1,5**	**100,6**	**413,6**	**115**	**8,8**
Второй ужин	Йогурт	2	435	200	4	3	6	96	0,1	1,4	40	0	240	190	28	0
	Сухари	1	412,01	30	4,5	5,3	52,5	169,5	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого за второй ужин			**230**	**8,5**	**8,3**	**58,5**	**265,5**	**0,1**	**1,4**	**40**	**0**	**240**	**190**	**28**	**0**
	ИТОГО за день			**2730**	**156**	**141,5**	**386,8**	**3207,5**	**1,4**	**79,8**	**482,5**	**12**	**1143**	**2255,8**	**394,8**	**43,4**

Медицинская сестра диетическая Калинина Н.А.