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

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 12 декабря 2023 года

13 день	Меню	Сборник	№ рецепт. по сборнику	7-11 лет					Витамины				Минеральные вещества			
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Каша геркулесовая	1	67,03	200	2,3	5,6	11	108	0	0	0	0	95	101	23	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	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
	Яйцо вареное	2	213	40	4,2	3,8	0,2	49,1	0	0	72,4	0,7	17,2	60,1	3,8	0,8
	Компот из смеси сухофруктов	2	402	200	0	0	21,8	86,2	0	0	1,6	0	9,1	0	1,9	0
	Итого за завтрак			**525**	**8,9**	**22,3**	**45,7**	**427,7**	**0,2**	**0**	**162,5**	**2,5**	**137,1**	**226,6**	**47,5**	**2,4**
Второй завтрак	Запеканка творожная	2	224	200	35	22,5	30,1	343	0,1	0,4	101	2,8	279	418	49,7	1,6
	Молоко кипяченое	2	127,01	200	3	3	4	56	0	0	0	0	121	14	91	0
	Груша		140,13	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0
	Итого за второй завтрак			**500**	**38**	**25,5**	**39,1**	**421,5**	**0,1**	**0,4**	**101**	**2,8**	**408**	**432**	**140,7**	**1,6**
Обед	Салат Витаминный	1	5,02	60	0,6	4,2	4,8	60	0	0	0	0	25,2	10,8	16,8	0,6
	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
	Рис отварной	1	448	150	3,8	6	38,8	228	0	0	0	0	32,7	82,3	28,6	0,8
	Котлета рыбная	1	541	150	12,2	8,9	15,2	190,8	0,1	0,9	0	0	54,5	168,1	30,6	0,9
	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			**860**	**28,5**	**28**	**107,6**	**827,9**	**0,4**	**11,6**	**153,9**	**1,9**	**186,9**	**416,5**	**141,9**	**9,7**
Ужин	Кукуруза		245	60	1,3	0	6,7	32,4	0,9	0	0	0	0,5	0	0,7	0,2
	Рагу овощное	2	57	150	4,5	4,5	1,5	126	0	0	0	0	96	37,5	106	1,5
	Шницель мясной	1	192	90	21,5	16,9	9,5	208,7	0	0	0	0	16,9	142,1	23,9	1,4
	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
	Чай сладкий с лимоном		431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9
	Итого за ужин			**600**	**31,5**	**22,1**	**52,3**	**552,6**	**1,1**	**1,2**	**0,2**	**1,5**	**153,9**	**299,1**	**170,5**	**6,8**
Второй ужин	Бифидок	2	435	200	4,5	3,4	6,8	108	0,1	1,6	45	0	270	213,8	31,5	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**	**5,3**	**4,4**	**30**	**214,2**	**0,1**	**1,6**	**45,9**	**0**	**274,8**	**224,6**	**34,5**	**0,5**
	ИТОГО за день			**2715**	**112,2**	**102,3**	**274,7**	**2443,9**	**1,9**	**14,8**	**463,5**	**8,7**	**1160,7**	**1598,8**	**535,1**	**21**

Медицинска сестра диетическая Калинина Н.А

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

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 13 12 декабря 2023 года

13 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет					Витамины				Минеральные вещества			
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Каша геркулесовая	1	67,03	250	3,8	7,5	13,8	135	0	0	0	0	118,8	126,3	28,8	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	20	1,1	0,2	4,5	33,6	0,1	0	0	1,1	7	31,6	9,4	0,8
	Яйцо вареное	2	213	40	4,2	3,8	0,2	49,1	0	0	72,4	0,7	17,2	60,1	3,8	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
	Компот из смеси сухофруктов	2	402	200	0	0	21,8	86,2	0	0	1,6	0	9,1	0	1,9	0
	Итого за завтрак			**580**	**10,5**	**28,3**	**48,6**	**492,1**	**0,2**	**0**	**192**	**2,6**	**161,5**	**252,8**	**53,3**	**2,4**
Второй 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
	Молоко кипяченое	2	127,01	200	3	3	4	56	0	0	0	0	121	14	91	0
	Груша	1	140,13	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0
	Итого за второй завтрак			**550**	**46,8**	**31,1**	**46,6**	**507,3**	**0,1**	**0,5**	**126,3**	**3,5**	**477,8**	**536,5**	**153,1**	**2**
Обед	Салат Витаминный	1	5,02	100	1	7	8	100	0	0	0	0	40,3	17,3	26,9	1
	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
	Рис отварной	1	448	200	5,1	8	51,7	304	0	0	0	0	43,6	109,7	38,2	1
	Котлета рыбная	1	541	100	13,5	9,9	16,9	211,1	0,1	1	0	0	60,6	186,8	34	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			**950**	**33,3**	**35,8**	**127,8**	**997,8**	**0,4**	**13,4**	**192,4**	**2**	**228**	**476,9**	**171,3**	**10,9**
Ужин	Кукуруза	1	245	100	2,2	0	11,2	54	1,5	0	0	0	0,8	0	1,2	0,3
	Рагу овощное	2	57	200	6	6	2	168	0	0	0	0	128	50	142	2
	Шницель мясной	1	192	100	23,9	18,8	10,6	231,9	0	0	0	0	18,8	157,9	26,6	1,5
	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
	Чай сладкий с лимоном		431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9
	Итого за ужин			**700**	**36,3**	**25,5**	**58,4**	**639,4**	**1,7**	**1,2**	**0,2**	**1,5**	**188,1**	**327,4**	**209,7**	**7,5**
Второй ужин	Бифидок	2	435	200	4,5	3,4	6,8	108	0,1	1,6	45	0	270	213,8	31,5	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**	**5,3**	**4,4**	**30**	**214,2**	**0,1**	**1,6**	**45,9**	**0**	**274,8**	**224,6**	**34,5**	**0,5**
	ИТОГО за день			**3010**	**132,2**	**125,1**	**311,4**	**2850,8**	**2,5**	**16,7**	**556,8**	**9,6**	**1330,2**	**1818,2**	**621,9**	**23,3**

Медицинская сестра диетическая Калинина Н.А.