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

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 21 ноября 2023 года

8 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	Каша кукурузная	1	68,02	200	3,1	5,1	13,1	112	0,2	1,2	81,6	1,8	93,1	91,1	19,1	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
	Сыр (порциями)	2	14	15	3,5	4,4	0	54,5	0	0,1	39	0,1	132	75	5,3	0,2
	Кисель плодово-ягодный	2	405	200	0	0	26,5	104,7	0	0	0	0	12	4,3	2	0
	Итого за завтрак			**500**	**9**	**22,4**	**52,3**	**455,6**	**0,4**	**2,3**	**209,1**	**3,7**	**252,9**	**235,9**	**45,2**	**1,8**
Второй завтрак	Плюшка	2	136,2	60	6	6,6	19,6	172,1	0	0	0	0	93	235,2	43	1
	Молоко кипяченое	2	127,01	200	3	3	4	56	0	0	0	0	121	91	14	0
	Яблоко	2	18	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	5	0	16	11	8	2,2
	Итого за второй завтрак			**360**	**9,4**	**10**	**33,4**	**275,1**	**0**	**10**	**5**	**0**	**230**	**337,2**	**65**	**3,2**
Обед	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
	Щи из свежей капусты	2	84	200	7	8,1	6,6	123,1	0	9,9	148,1	0,3	36	88,4	22,2	1,6
	Запеканка рисовая с мясом	2	99,24	150	10	4,2	3,3	83,3	0	0	0	0	9,2	83,3	14,2	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 обед			**710**	**22**	**16,8**	**57,1**	**477,6**	**0,2**	**31,4**	**149,7**	**1,8**	**102,1**	**306,1**	**81,8**	**5,9**
Ужин	Огурец соленый	2	15	60	0,6	0,1	4,8	9,6	0	0	0	0	16,3	17,3	10	0,5
	Рыба запеченная с картофелем по-русски	2	89,05	200	26,7	17	24	225,1	0,4	17,1	90,4	0,4	52,6	322	69,4	2,6
	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			**560**	**32,2**	**18**	**68,2**	**449,3**	**0,7**	**21,1**	**90,4**	**1,9**	**107,4**	**463,3**	**120,3**	**8,7**
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
	Печенье	2	20	30	2,3	2,9	22,3	125,1	0	0	3,3	0	8,7	27	6	0,6
	Итого за второй ужин			**230**	**6,8**	**6,3**	**29,1**	**233,1**	**0,1**	**1,6**	**48,3**	**0**	**278,7**	**240,8**	**37,5**	**0,6**
	ИТОГО за день			**2360**	**79,4**	**73,5**	**240,1**	**1891**	**1,4**	**66,4**	**502,5**	**7,4**	**971,1**	**1583,3**	**349,8**	**20,2**

Медицинска сестра диетическая Калинина Н.А