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

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 24 ноября 2023 года

11 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 пшеничная вязкая	2	184	200	9,4	8,1	45,8	286,4	0,1	0,2	37,8	0,2	184,2	240,9	45,2	2,1
	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	15	0,2	12,5	0,2	112,2	0	0	88,5	0,3	1,8	2,9	0	0
	Рыба красная (соленая)	1	36	25	6	2,4	0	46	0	0	0	0	4,6	0,7	4,3	0,2
	Чай сладкий с лимоном	1	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9
	Итого за завтрак			**510**	**18,1**	**23,4**	**73,9**	**579,7**	**0,3**	**1,4**	**126,5**	**2**	**220,6**	**316,6**	**75,3**	**4,8**
Второй завтрак	Плюшка	2	136,2	60	6	6,6	19,6	172,1	0	0	0	0	93	235,2	43	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
	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**	**6,4**	**7**	**51,2**	**302,3**	**0**	**11**	**1,6**	**0**	**126,9**	**236**	**57,9**	**1,6**
Обед	Салат морковь с яблоком	1	5,08	60	0,6	4,2	4,8	60,1	0	0	0	0	25,2	16,8	9,6	0,8
	Рассольник с мясом.	2	105	200	5,4	5	14,3	111,4	0,1	13,8	0,1	0	20,4	88,9	24,7	2,8
	Пюре картофельное	1	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
	Рыба запеченная	1	236	90	11,3	16,9	7	270	0,3	6,6	21,7	2,3	25,1	130	28,6	1,2
	Кисель плодово-ягодный	2	405	200	0	0	26,5	104,7	0	0	0	0	12	4,3	2	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**	**24,3**	**31,8**	**91,9**	**802,4**	**0,8**	**30,8**	**52,6**	**4,1**	**144,1**	**436,3**	**127,3**	**8,7**
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
	Каша перловая рассыпчатая	2	323	200	5,6	5,9	38,9	226,5	0,1	0	31,3	2,5	35,5	188,6	24,9	1,2
	Тефтели мясные	1	191	90	14,8	25,4	25,2	393	0,1	12,3	0	0	74,3	196,8	67,3	2,3
	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			**650**	**25,9**	**32,3**	**108,3**	**843,7**	**0,5**	**16,3**	**31,3**	**4**	**164,6**	**526,7**	**143,1**	**9,6**
Второй ужин	Кефир	2	435	200	5,8	5	8	106	0,1	1,4	44	0,1	240	190	28	0,2
	Пряник	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**	**30,5**	**215,8**	**0,1**	**1,4**	**44**	**0,1**	**243,3**	**205**	**30,7**	**0,4**
	ИТОГО за день			**2550**	**82,3**	**100,9**	**355,8**	**2743,9**	**1,7**	**60,9**	**256**	**10,2**	**899,5**	**1720,6**	**434,3**	**25,1**

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

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 1 24 ноября 2023 года

11 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет					Витамины					Минеральные вещества		
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Каша пшеничная вязкая	2	184	250	11,8	10,1	57,3	358	0,1	0,3	47,5	0,4	230,3	301,1	56,5	2,6
	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	20	0,3	16,6	0,3	149,6	0	0	118	0,4	2,4	3,8	0	0
	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
	Чай сладкий с лимоном	1	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9
	Итого за завтрак			**570**	**21,8**	**30**	**85,5**	**697,9**	**0,3**	**1,5**	**165,5**	**2,1**	**268,2**	**377,8**	**87,5**	**5,3**
Второй завтрак	Плюшка	2	136,2	60	6	6,6	19,6	172,1	0	0	0	0	93	235,2	43	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
	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**	**6,4**	**7**	**51,2**	**302,3**	**0**	**11**	**1,6**	**0**	**126,9**	**236**	**57,9**	**1,6**
Обед	Салат морковь с яблоком	1	5,08	100	1	7	8	100,2	0	0	0	0	42	28	16	1,3
	Рассольник с мясом	2	105	250	6,7	6,3	14,3	144	0,1	17,3	0,1	0	25,9	111,2	30,9	3,5
	Пюре картофельное	1	335	200	4,1	6,7	26,8	178,1	0,2	13,8	41	0,3	49,2	115,1	39,3	1,5
	Рыба запеченная	1	236	100	12,5	18,8	8,8	300	0,4	7,3	24,1	2,6	27,9	144,4	31,8	1,3
	Кисель плодово-ягодный	2	405	200	0	0	26,5	104,7	0	0	0	0	12	4,3	2	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**	**28,2**	**39,5**	**103,6**	**949,6**	**0,9**	**38,4**	**65,2**	**4,4**	**181,5**	**513**	**152,9**	**10,4**
Ужин	Огурец соленый	2	12	100	1	0,2	7,7	15,4	0	0	0	0	26,1	27,7	16	0,8
	Каша перловая рассыпчатая	2	323	200	5,6	5,9	38,9	226,5	0,1	0	31,3	2,5	35,5	188,6	24,9	1,2
	Тефтели мясные	1	191	100	16,4	28,2	29	436,7	0,1	13,7	0	0	82,6	218,7	74,8	2,5
	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			**700**	**27,9**	**35,2**	**115**	**893,2**	**0,5**	**17,7**	**31,3**	**4**	**182,7**	**559**	**156,6**	**10,1**
Второй ужин	Кефир	2	435	200	5,8	5	8	106	0,1	1,4	44	0,1	240	190	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 вторй ужин			**230**	**7,6**	**6,4**	**30,5**	**215,8**	**0,1**	**1,4**	**44**	**0,1**	**243,3**	**205**	**30,7**	**0,4**
	ИТОГО за день			**2810**	**91,9**	**118,1**	**385,8**	**3058,8**	**1,8**	**70**	**307,6**	**10,6**	**1002,6**	**1890,8**	**485,6**	**27,8**

Медицинская сестра диетическая Калинина Н.А.