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

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 28 ноября 2023 года

1 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 ячневая молочная	2	68,03	200	7	10	26	220	0	0	0	0	186	182	37	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 (солёная)	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**	**15,7**	**25,3**	**54,1**	**513,3**	**0,2**	**1,2**	**88,7**	**1,8**	**222,4**	**257,7**	**67,1**	**3,7**
Второй завтрак	Булка "Веснушка"	1	471	60	4,7	4,2	29	182,5	0,1	0	19,9	0,4	12	42,7	7,9	0,6
	Банан	2	19	100	1,5	0,5	21	96	0	10	20	0	8	28	42	0,6
	Кисель плодово-ягодный	1	405	200	0	0	26,5	104,7	0	0	0	0	12	4,3	2	0
	Итого за второй завтрак			**360**	**6,2**	**4,7**	**76,5**	**383,2**	**0,1**	**10**	**39,9**	**0,4**	**32**	**75**	**51,9**	**1,2**
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
	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
	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
	Рыба запеченная	1	236	90	11,3	16,9	7,9	270	0,3	6,6	21,7	2,3	25,1	130	28,6	1,2
	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			**800**	**29,2**	**36,5**	**96,2**	**872,5**	**0,7**	**26,1**	**196,4**	**5,2**	**124,5**	**407,6**	**110,2**	**18,7**
Ужин	Кукуруза		245	60	1,3	0	6,7	32,4	0,9	0	0	0	0,5	0	0,7	0,2
	Пюре картофельное	2	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
	Чахохбилли	2	99,27	90	9	3,6	3	75	0	0	0	0	8,4	75,6	12,6	0,7
	Какао с молоком	2	433	200	3,8	3	23	130,8	0	0,5	17,7	0	117,5	104,6	28,9	0,9
	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**	**21,1**	**12,3**	**72**	**494,4**	**1,3**	**10,9**	**48,5**	**1,8**	**187,8**	**376,5**	**104,6**	**5,7**
Второй ужин	Снежок	2	120,02	200	5	6	14	138	0	0	0	0	233	184	27	0
	Пряники	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**	**6,8**	**7,4**	**36,5**	**247,8**	**0**	**0**	**0**	**0**	**236,3**	**199**	**29,7**	**0,2**
	ИТОГО за день			**2500**	**79**	**86,2**	**335,3**	**2511,2**	**2,3**	**48,2**	**373,5**	**9,2**	**803**	**1315,8**	**363,5**	**29,5**

Медицинская сестра диетическая Калинина Н.А.

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

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 28 ноября 2023 года

1 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 ячневая молочная	2	68,03	250	8,8	12,5	32,5	280	0	0	0	0	232,5	227,5	46,3	1,3
	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 (солёная)	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**	**18,8**	**32,4**	**60,7**	**619,9**	**0,2**	**1,2**	**118,2**	**1,9**	**270,4**	**304,2**	**77,3**	**4**
Второй завтрак	Булка "Веснушка"	1	471	60	4,7	4,2	29	182,5	0,1	0	19,9	0,4	12	42,7	7,9	0,6
	Банан	2	19	100	1,5	0,5	21	96	0	10	20	0	8	28	42	0,6
	Кисель плодово-ягодный	1	405	200	0	0	26,5	104,7	0	0	0	0	12	4,3	2	0
	Итого за второй завтрак			**360**	**6,2**	**4,7**	**76,5**	**383,2**	**0,1**	**10**	**39,9**	**0,4**	**32**	**75**	**51,9**	**1,2**
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
	Щи из свежей капусты	2	84	250	8,7	10,1	8,3	153,9	0	12,4	185,5	0,4	45	110,5	28,4	2
	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
	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
	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**	**34,3**	**45,6**	**135,7**	**1041,8**	**0,8**	**32,6**	**245,1**	**6**	**147,2**	**472,3**	**128,8**	**22,7**
Ужин	Кукуруза	1	245	100	2,2	0	11,2	54	1,5	0	0	0	0,8	0	1,2	0,3
	Пюре картофельное	2	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
	Чахохбилли	2	99,27	100	10	4	3,3	83,3	0	0	0	0	9,3	84	14	0,8
	Какао с молоком	2	433	200	3,8	3	23	130,8	0	0,5	17,7	0	117,5	104,6	28,9	0,9
	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**	**24**	**14,4**	**83,5**	**568,8**	**1,9**	**14,3**	**58,7**	**1,8**	**201,3**	**413,7**	**116,3**	**6,3**
Второй ужин	Снежок	2	120,02	200	5	6	14	136	0	0	0	0	233	184	27	0
	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 второй ужин			**230**	**6,8**	**7,4**	**36,5**	**245,8**	**0**	**0**	**0**	**0**	**236,3**	**199**	**29,7**	**0,2**
	ИТОГО за день			**2810**	**90,1**	**104,5**	**392,9**	**2859,5**	**3**	**58,1**	**461,9**	**10,1**	**887,2**	**1464,2**	**404**	**34,4**

Медицинская сестра диетическая Калинина Н.А.