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

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 16 февраля 2024 года

| 6 день | Меню | Сборник | № рецеп. по сборнику | 7-11 лет | | | | | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Выход | Б | Ж | У | Ккал | B1 | | | | Ca | P | Mg | Fe |
| Завтрак | Омлет натуральный | 2 | 214 | 200 | 17 | 3 | 3,3 | 340 | 0 | 0,2 | [illegible] | [illegible] | 128,5 | 265,3 | 21,1 | 26,7 |
| | 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 |
| | 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 |
| | Чай сладкий | 2 | 431 | 200 | 0,3 | 0 | 15,4 | 62,9 | 0 | 1,2 | 0,2 | 0 | 16 | 9,5 | 7 | 0,9 |
| | **Итого за завтрак** | | | **545** | **20,8** | **19,7** | **37,6** | **649,7** | **0,2** | **22,9** | **402** | **8,2** | **183,6** | **364,7** | **57,5** | **29,8** |
| Второй завтрак | Ватрушка с повидлом | 2 | 136.01 | 60 | 7,5 | 8,3 | 24,8 | 215,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 51 | 84 | 12 | 0,6 |
| | Молоко кипяченое | 2 | 127.01 | 200 | 3 | 3 | 4 | 56 | 0 | 0 | 0 | 0 | 121 | 91 | 14 | 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** | **10,9** | **11,7** | **38,6** | **315,3** | **0** | **11** | **0** | **0** | **196,8** | **175,8** | **39** | **1,2** |
| Обед | Салат свекла с чесноком | 2 | 64 | 60 | 0,8 | 5,1 | 5,1 | 69 | 0 | 5,6 | 0 | 0 | 23,1 | 24,3 | 12,5 | 0,8 |
| | Суп фасолевый | 2 | 126 | 200 | 4,4 | 3,8 | 15,5 | 116 | 0,2 | 9,9 | 0 | 0 | 37 | 111,3 | 30,3 | 1,4 |
| | Бигус | 2 | 31 | 200 | 13,4 | 17,2 | 16,3 | 272,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 89 | 70 | 36 | 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** | | | **760** | **23,5** | **27** | **76,3** | **672,2** | **0,5** | **19,5** | **0** | **1,5** | **187,6** | **329,6** | **119,7** | **8,8** |
| Ужин | Кукуруза | | 245 | 60 | 1,3 | 0 | 6,7 | 32,4 | 0,9 | 0 | 0 | 0 | 0,5 | 0 | 0,7 | 0,2 |
| | Картофель запеченный | 1 | 56 | 150 | 99 | 3,9 | 4,7 | 114 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9,8 | 21,5 | 54,4 | 1,1 |
| | Зразы рубленные | 1 | 278 | 90 | 12,4 | 19,1 | 12,4 | 249 | 0 | 0 | 0 | 0 | 13,5 | 113,6 | 19,1 | 1,2 |
| | 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 ужин** | | | **600** | **116,6** | **23,7** | **64,8** | **604,2** | **1,1** | **0** | **1,6** | **1,5** | **57,4** | **245,1** | **109** | **5,3** |
| Второй ужин | Йогурт | 2 | 435 | 200 | 4 | 3 | 6 | 96 | 0,1 | 1,4 | 40 | 0 | 240 | 190 | 28 | 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** | **4,8** | **4** | **29,2** | **202,2** | **0,1** | **1,4** | **40,9** | **0** | **244,8** | **200,8** | **31** | **0,5** |
| | **ИТОГО за день** | | | **2495** | **176,6** | **86,1** | **246,5** | **2443,6** | **1,9** | **54,8** | **444,5** | **11,2** | **870,2** | **1316** | **356,2** | **45,6** |

Медицинска сестра диетическая Калинина Н.А

Утверждаю
директор ГБОУ АО "Вельская СКОШИ"
Вылычко С.А.

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 15 февраля 2024 года

| 6 день | Меню | Сборник | № рецепт. по сборнику | 12-18 лет | | | | | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Выход | Б | Ж | У | Ккал | В | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe |
| Завтрак | Омлет натуральный | 2 | 214 | 200 | 17 | 3 | 3,3 | 340 | 0 | 0 | 313 | | 128,5 | 265,3 | 21,1 | 26,7 |
| | Икра кабачковая | 2 | 7 | 100 | 1,8 | 6,3 | 10,3 | 104 | 0 | 33,8 | 0 | 0 | 38,8 | 40,7 | 17,7 | 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 | 20 | 0,3 | 16,6 | 0,3 | 149,6 | 0 | 0 | 118 | 0,4 | 2,4 | 3,8 | 0 | 0 |
| | Чай сладкий | 2 | 431 | 200 | 0,3 | 0 | 15,4 | 62,9 | 0 | 1,2 | 0,2 | 0 | 16 | 9,5 | 7 | 0,9 |
| | **Итого за завтрак** | | | **590** | **21,6** | **26,3** | **41,8** | **728,7** | **0,2** | **37,2** | **431,5** | **8,4** | **199,7** | **381,9** | **64,6** | **30,2** |
| 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 |
| | Молоко кипяченое | 2 | 127,01 | 200 | 3 | 3 | 4 | 56 | 0 | 0 | 0 | 0 | 121 | 14 | 91 | 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** | **10,9** | **11,7** | **38,6** | **315,3** | **0** | **11** | **0** | **0** | **196,8** | **98,8** | **116** | **1,2** |
| Обед | Салат свекла с чесноком | 2 | 64 | 100 | 1,3 | 8,5 | 8,5 | 115 | 0 | 9,3 | 0 | 0 | 38,5 | 40,5 | 20,8 | 1,1 |
| | Суп фасолевый | 2 | 126 | 250 | 5,5 | 4,8 | 19,4 | 145 | 0,2 | 12,4 | 0 | 0 | 46,2 | 139,1 | 37,9 | 1,8 |
| | Бигус | 2 | 31 | 250 | 16,8 | 21,5 | 20,4 | 340,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 111,3 | 87,5 | 45 | 1,3 |
| | Сок | 1 | 442 | 200 | 13,4 | 0,2 | 20,2 | 92 | 0,1 | 4 | 0 | 0 | 14 | 14 | 8 | 2,8 |
| | Хлеб пшеничный | 1 | 10 | 50 | 13,4 | 0,2 | 8 | 38,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,4 | 7 | 31 | 9,4 | 0,8 |
| | Хлеб ржаной | 1 | 11 | 50 | 13,4 | 0,5 | 11,2 | 84 | 0,1 | 0 | 0 | 1,1 | 17,5 | 79 | 23,5 | 2 |
| | **Итого за обед** | | | **900** | **63,8** | **35,7** | **87,7** | **815,4** | **0,5** | **25,7** | **0** | **1,5** | **234,5** | **391,1** | **144,6** | **9,8** |
| Ужин | Кукуруза | 2 | 245 | 100 | 2,2 | 0 | 11,2 | 54 | 1,5 | 0 | 0 | 0 | 0,8 | 0 | 1,2 | 0,3 |
| | Картофель запеченный | 1 | 56 | 200 | 132 | 5,2 | 6,3 | 152 | 0 | 0 | 0 | 0 | 13 | 28,6 | 72,5 | 1,5 |
| | Зразы рубленные | 1 | 278 | 100 | 13 | 20,4 | 13 | 277,1 | 0 | 2,7 | 58,6 | 3,1 | 29,4 | 159 | 26,6 | 2,6 |
| | 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 ужин** | | | **700** | **151,1** | **26,3** | **71,5** | **691,9** | **1,7** | **2,7** | **60,2** | **4,6** | **76,8** | **297,6** | **135,1** | **7,2** |
| Второй ужин | Йогурт | 2 | 435 | 200 | 4 | 3 | 6 | 96 | 0,1 | 1,4 | 40 | 0 | 240 | 190 | 28 | 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** | **4,8** | **4** | **29,2** | **202,2** | **0,1** | **1,4** | **40,9** | **0** | **244,8** | **200,8** | **31** | **0,5** |
| | **ИТОГО за день** | | | **2780** | **252,2** | **104** | **268,8** | **2753,5** | **2,5** | **78** | **532,6** | **14,5** | **952,6** | **1370,2** | **491,3** | **48,9** |

Медицинская сестра диетическая Капинина Н.А.