

Диетическое меню ГБОУ АО "Великая СКОШИ" на 4 мая 2024 года

Утверждено:    
 Витченко С.А.   
 Директор ГБОУ АО "Великая СКОШИ"

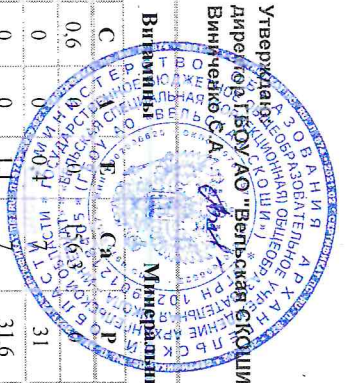
5 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	7-11 лет											Минеральные вещества					
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	В3	В6	В9	В12	Р	Мг	Fe			
Завтрак	Каша гречневая вязкая на молоке	3	104	200	8,9	9,1	36,3	274,5	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	107,9	3,3	
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	9,4	0,8	
	Хлеб ржаной	1	11	20	1,1	0,2	4,5	33,6	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	31,6	9,4	0,8
	Масло (порциями)	1	13	15	0,2	12,5	0,2	112,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,9	0	0
	Сыр (порциями)	2	14	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	39	0,1	132	75	5,3	0,2	0	75	5,3	0,2
	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	0	104,6	28,9	0,9
<b>Итого за завтрак</b>				<b>500</b>	<b>18,6</b>	<b>29,4</b>	<b>72</b>	<b>644,3</b>	<b>0,5</b>	<b>1,1</b>	<b>145,2</b>	<b>1,9</b>	<b>390,3</b>	<b>245,1</b>	<b>160,9</b>	<b>6</b>		<b>245,1</b>	<b>160,9</b>	<b>6</b>
Второй завтрак	Пирожок печеный с повидлом	3	496	60	3,3	2,8	33,7	174	0,04	0,05	0	0	10,58	27	5,68	0,67				
	Кофейный напиток с молоком	2	432	200	2,2	1,2	26,3	144,6	0	0,3	8,8	0	68	65,9	18,6	0,6				
	Груша	1	140,13	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0				
<b>Итого за второй завтрак</b>				<b>366</b>	<b>5,4</b>	<b>4</b>	<b>63</b>	<b>311,1</b>	<b>0,04</b>	<b>0,35</b>	<b>8,8</b>	<b>0</b>	<b>86,58</b>	<b>92,9</b>	<b>24,28</b>	<b>1,27</b>		<b>92,9</b>	<b>24,28</b>	<b>1,27</b>
Обед	Каша из белокочанной капусты с яблоко	3	42	60	1,1	3,1	6,1	59	0,02	28,3	0	0	31,97	0	10,99	0,72				
	Размолотые с маслом	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				
	Запеканка картофельная с мясом	3	430	200	15,1	13	24,4	280,5	0,1	1	0	0	24,2	0	44,7	1,9				
Итого за обед	Компот из свежих яблоков	3	63(13)	200	0,2	0,1	17,2	70	0,01	1,6	0	0	6,03	0	3,13	0,8				
	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				
<b>Итого за обед</b>				<b>760</b>	<b>25,7</b>	<b>21,9</b>	<b>81,2</b>	<b>643,5</b>	<b>0,43</b>	<b>44,7</b>	<b>0,1</b>	<b>1,5</b>	<b>107,1</b>	<b>198,9</b>	<b>116,42</b>	<b>9,02</b>		<b>198,9</b>	<b>116,42</b>	<b>9,02</b>
Ужин	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				
	Гуляш куриный	2	259	90	11,8	12,5	2,5	162,5	0	0,8	6,2	1,8	8,2	114,7	15,2	1,7				
	Йогурт 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				
	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				
Итого за ужин	Хлеб ржаной	1	11	50	2,8	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2				
	Бифидок	2	435	200	4,5	3,4	6,8	108	0,1	1,6	45	0	270	213,8	31,5	0				
	<b>Итого за день</b>			<b>2450</b>	<b>79,8</b>	<b>81,6</b>	<b>310,3</b>	<b>2372</b>	<b>1,37</b>	<b>48,55</b>	<b>309</b>	<b>9,9</b>	<b>951,38</b>	<b>1228,4</b>	<b>411,9</b>	<b>22,79</b>				

Медицинская сестра диетическая Каплинина Н.А.



Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 4 мая 2024 года

5 День	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет											Витаминны		Минеральные вещества			
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
Завтрак	Каша гречневая вязкая на молоке	3	104	250	11,1	14,2	45,5	368,8	0,3	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	134,9	4,2	
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	9,4	0,8	
	Хлеб ржаной	1	11	20	1,1	0,2	4,5	33,6	0,1	0	0	1,1	0	0	0	0	3,6	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	0	7	0,2	
	Сыр (порциями)	2	14	20	4,5	5,9	0	72,8	0	0,1	52	0,1	176	100	7	0	0	0	0,2	
	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	0	0	0,9	
	<b>Итого за завтрак</b>				566	21,9	40,1	81,3	794,2	0,5	1,2	187,7	2	466,2	271	189,6	6,9	0	0	0,67
	Пирожок из теста с джемом	3	406	60	3,3	2,8	33,7	17,1	0,04	0,05	0	0	10,38	27	5,68	0,67	0	0	0,6	
	Кофейный напиток с молоком	2	452	200	2,2	1,2	24,3	114,6	0	0,3	8,8	0	68	65,9	18,6	0,6	0	0	0,6	
	Груша	1	140,13	100	0	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за второй завтрак</b>				366	5,5	4	63	311,1	6,34	0,35	8,8	0	86,58	92,9	24,28	1,27	0	0	1,2	
Обед	Салат из свежих овощей с яблоком	3	42	100	1,9	5,1	10,2	9,9	0,03	47,17	0	0	53,28	0	18,32	1,2	0	0	1,2	
	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	0	0	3,5	
	Запеканка картофельная с мясом	3	430	250	18,2	16,3	30,55	350	0,11	1,06	0	0	30,26	0	55,9	1,72	0	0	1,72	
	Компот из свежих плодов	3	631(3)	200	0,2	0,1	17,2	70	0,01	1,6	0	0	6,03	0	3,13	0,8	0	0	0,8	
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8	0	0	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	0	0	2	
	<b>Итого за обед</b>				900	30,9	28,5	91,45	785,6	0,45	67,13	0,1	1,5	139,97	221,2	141,15	10,02	0	0	10,02
	Ужин	Каша перловая рассычатая	2	323	250	6,9	7,4	48,6	283,1	0,1	0	3,9	3,2	44,3	235,8	31,1	1,3	0	0	1,3
		Гуляш куриный	2	259	100	13,1	14,3	2,8	180,6	0	0,9	6,8	2	9,1	127,4	16,8	1,9	0	0	1,9
		Яблоко 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	0	0	0,8
Кисель плодово-ягодный		2	405	200	0	0	26,5	104,7	0	0	0	0	12	4,3	2	0	0	0	2	
Хлеб пшеничный		1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8	0	0	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	0	0	2	
<b>Итого за ужин</b>					690	28,1	26,2	97,3	740,1	0,3	0,9	83,1	7,4	107,1	537,6	86,6	6,8	0	0	6,8
Вифидок		2	435	200	4,5	3,4	6,8	108	0,1	1,6	45	0	270	213,8	31,5	0	0	0	0	
<b>Итого за день</b>					2710	90,9	102,2	339,9	2739	1,39	71,18	324,7	10,9	1069,85	1336,5	473,13	24,99	0	0	24,99



Утверждаю  
 Директор ГБОУ АО "Вельская СКОШИ"  
 Винниченко С.А.

Медицинская сестра диетическая

Каплинина Н.А.

*Handwritten signature*