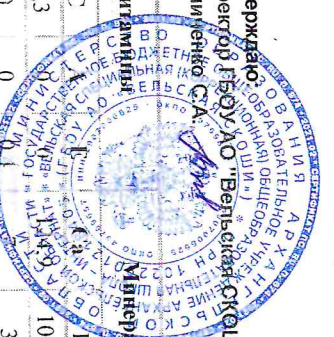


Экспертское меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" а 15 мая 2024 года

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



12 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	7-11 лет										Витаминные вещества					
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	Р	Мг	Fe	В1	С	Р	Мг	Fe	
Завтрак	Суп молочный с лекарственными растениями	1	132	200	4,5	4,7	16,8	128,8	0,1	1,3	0	0	0	0	108,8	21,3	0,3		
				50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0	0	0	31	9,4	0,8		
				1	11	0,2	4,5	33,6	0,1	0	0	1,1	7	31,6	9,4	0,8			
				1	13	0,2	12,5	112,2	0	0	88,5	0,3	1,8	2,9	0	0			
				2	213	4,2	3,8	0,2	49,1	0	0	72,4	0,7	17,2	60,1	3,8	0,8		
				2	431	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9		
				2	476	11,4	21,4	45,1	25,2	0,3	2,5	161,1	2,5	173,9	243,9	50,9	3,6		
				2	476	10,4	10,7	36,2	271,6	0,1	5,7	50,9	2,3	223,8	205,5	32,5	9		
				1	127,01	3	3	4	56	0	0	0	0	121	91	14	0		
				1	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	5	0,6	16	11	8	2,2		
Обед	Итого за обед	1	64	366	13,3	14,1	50	374,6	0,1	13,7	35,9	2,9	360,8	307,5	54,5	11,2			
				60	0,8	5,1	5,1	69	0	5,5	0	0	23,1	24,3	12,5	0,8			
				2	107	10,2	8,2	9,8	149,1	0,16	0,5	146,9	2,2	53,1	103,8	27,8	2,2		
				1	324	8,2	6	40	225	0,2	0	23,6	4,7	227	187	125	4,4		
				2	25,9	11,3	12,5	2,5	162,5	0	0,8	6,2	1,8	8,2	114,7	15,2	1,7		
				2	402	0	0	21,8	86,2	0	0	1,6	0	9,1	0	1,9	0		
				1	10	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8		
				1	11	2,8	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2		
				1	860	34,9	32,5	98,4	814,4	0,56	6,9	178,3	10,2	345	539,8	215,3	11,9		
				Ужин	Итого за ужин	1	52,05	200	3	6	13,8	141	0	0	0	0	28,5	30	81
1	157	13	15,7					12	238,5	0	2,7	0	0	19,9	127,3	23,5	1,1		
1	442	1	0,2					20,2	92	0,1	4	0	0	14	14	8	2,8		
1	442	1	0,2					20,2	92	0,1	4	0	0	14	14	8	2,8		
1	10	1,1	0,2					8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8		
1	10	2,8	0,5					11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2		
1	590	20,9	22,6					65,2	594,1	0,3	6,7	0	1,5	86,9	281,3	145,4	8,2		
2	200	5	6					14	138	0	0	0	0	233	27	184	0		
2	120,02																		
<b>Итого за день</b>								<b>2475</b>	<b>86</b>	<b>96,6</b>	<b>272,7</b>	<b>2346</b>	<b>1,26</b>	<b>29,8</b>	<b>374,9</b>	<b>17,1</b>	<b>1199,6</b>	<b>1399,5</b>	<b>650,1</b>

Медицинская сестра Диевичская

Каплинина Н.А.

*Handwritten signature*

Федеральное меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" 15 мая 2024 года



12 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет											Витаминный		Минеральные вещества	
				Выход	Б	Ж	У	Каль	Р1	С	А	Р	Мг	Fe				
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	1	132	250	5,7	5,9	21,1	161	0,1	1,6	0	0	0,4	136,1	26,6	0,4		
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0	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 (пшеница)	1	13	20	0,3	16,6	0,3	149,6	0	0	118	0,4	2,4	3,8	0	0		
	Яйцо 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		
	Чай зеленый с лимоном	2	431	200	0,3	0	15,4	52,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9		
	Кефир 2% жирный	2	589	12,7	26,7	49,5	104,8	0,9	2,3	190,6	2,6	205,8	272,1	56,2	3,7			
	Булочка дрожжевая	2	476	69	10,4	10,7	36,2	271,6	0,1	3,7	30,5	2,3	223,8	205,5	32,5	9		
	Молоко кипяченое	1	127,01	200	3	3	4	56	0	0	0	0	121	91	14	0		
	Яблочно	2	18	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	5	0,6	16	11	8	2,2		
Обед	Чашка заварной каши	1	64	100	1,3	8,5	8,5	115	0	9,3	0	0	38,5	40,5	20,8	1,1		
	Суп борщевый с мясом	2	107	250	12,8	10,2	12,3	186,4	0,2	0,6	183,6	2,8	66,4	129,8	34,8	2,8		
	Каша гречневая рассыпчатая	1	324	260	10,9	8	53,3	300	0,2	0	31,5	6,3	30,3	249,3	166,6	5,9		
	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		
	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		
	Чашка за обед	2	950	42	41,8	117,9	990,8	9,6	10,8	223,5	12,6	450,6	657	273,8	14,5			
	Капустка запеченная	2	52,05	250	3,8	7,5	17,3	176,3	0	0	0	0	36,6	37,5	101,3	1,9		
	Ужин	Блишки мясные	1	157	100	13	17,5	13,3	265	0	3	0	0	22,1	141,4	26,2	1,2	
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		
Чашка за ужин		2	650	21,7	25,9	70	655,9	0,3	7	0	1,5	97,2	302,9	168,4	8,7			
Снежок		2	120,02	200	5	6	14	138	0	0	0	0	23,3	27	18,4	0		
Итого за день				2740	95,2	114,5	301,4	2654	1,3	34,3	449,6	19,6	1347,4	1566,5	736,9	38,1		

Медицинская сестра диетическая Катчинга Н.А.

*[Handwritten signature]*