

Федеральное меню БОУ АО "Вельская СКОШП" на 16 мая 2024 года



| 13 день | Меню | Сборник | № рецеп. по сборнику | 7-11 лет | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | |
|----------------|---|---------|----------------------|----------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|----------------------|-------|--------|--------|--------|-------|-----|
| | | | | Выход | Б | Ж | У | Ккал | В1 | С | Витамин А | В2 | В6 | В12 | Р | Мг | Fe |
| Завтрак | Каша молочная Дружба | 3 | 210 | 200 | 5,8 | 8,3 | 32,1 | 228,9 | 0,1 | 0,44 | 0 | 0 | 0,4 | 7 | 31 | 34,8 | 0,8 |
| | Хлеб пшеничный I | 1 | 10 | 50 | 1,1 | 0,2 | 8 | 38,6 | 0,1 | 0 | 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 | 0 | 1,1 | 7 | 31,6 | 9,4 | 0,8 |
| | Масло (пшеница) | 1 | 13 | 15 | 0,2 | 12,5 | 0,2 | 112,2 | 0 | 0 | 88,5 | 0,3 | 1,8 | 1,8 | 2,9 | 0 | 0 |
| | Молоко вареное | 2 | 215 | 40 | 4,2 | 3,8 | 0,2 | 49,1 | 0 | 0 | 72,4 | 0,7 | 17,2 | 60,1 | 3,8 | 0,8 | |
| | Компот из смеси сухих фруктов | 2 | 402 | 200 | 0 | 0 | 21,8 | 86,2 | 0 | 0 | 1,6 | 0 | 9,1 | 0 | 1,9 | 0 | |
| Второй завтрак | Сыр твердый | 2 | 774 | 200 | 3,5 | 21,5 | 30,1 | 34,5 | 0,1 | 0,4 | 101 | 2,8 | 27,9 | 41,8 | 49,7 | 1,6 | |
| | Каша с молоком | 2 | 453 | 100 | 3,6 | 3 | 23 | 130,8 | 0 | 0,5 | 17,7 | 0 | 117,5 | 104,6 | 28,9 | 0,9 | |
| | Груша | 2 | 140,13 | 100 | 0 | 0 | 5 | 22,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | |
| Обед | Суп из бечуговойной капусты, моркови и лука | 3 | 10 | 60 | 1,3 | 1,7 | 5,1 | 66 | 0,02 | 26,71 | 0 | 0 | 31,2 | 0 | 12,59 | 0,42 | |
| | Борщ с капустой | 2 | 76 | 200 | 7 | 8 | 9,4 | 134,5 | 0 | 6,7 | 153,9 | 0,4 | 36 | 31,3 | 25 | 1,8 | |
| | Рис отварной | 1 | 428 | 150 | 3,8 | 6 | 38,8 | 228 | 0 | 0 | 0 | 0 | 32,7 | 82,3 | 28,6 | 0,8 | |
| | Котлета рыбная | 1 | 511 | 90 | 12,2 | 8,9 | 15,2 | 190,8 | 0,1 | 0,9 | 0 | 0 | 54,5 | 168,1 | 30,6 | 0,9 | |
| | Соус томатный | 3 | 248 | 30 | 0,4 | 1,3 | 2 | 22 | 0 | 0,8 | 0 | 0 | 2,7 | 0 | 2,7 | 0,1 | |
| | Сок | 1 | 412 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 | 0,1 | 4 | 0 | 0 | 14 | 14 | 8 | 2,8 | |
| Ужин | Хлеб пшеничный I | 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 | |
| | Лето за обед | 830 | 29,6 | 29,3 | 109,9 | 855,9 | 0,42 | 39,11 | 153,9 | 1,9 | 195,6 | 405,7 | 140,39 | 9,62 | | | |
| | Помидор свежий | 1 | 14 | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 14,4 | 0 | 15 | 0 | 0 | 8,4 | 15,6 | 12 | 0,5 | |
| | 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 | |
| | Бифегианов из отварного мяса | 3 | 148 | 90 | 14,6 | 13,4 | 1,9 | 189 | 0,02 | 0,06 | 0 | 0 | 23 | 0 | 18,2 | 1,9 | |
| | Хлеб пшеничный I | 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 | |
| | Чай сладкий с лимонном | 1 | 431 | 200 | 0,3 | 0 | 15,4 | 62,9 | 0 | 1,2 | 0,2 | 0 | 16 | 9,5 | 7 | 0,9 | |
| Итого за ужин | Итого за ужин | | | 600 | 24,8 | 18,7 | 76,6 | 577,7 | 0,32 | 16,26 | 26,8 | 2,6 | 82,1 | 175,9 | 77,5 | 15,9 | |
| | Бифидок | 2 | 435 | 200 | 4,5 | 3,4 | 6,8 | 108 | 0,1 | 1,6 | 45 | 0 | 270 | 213,8 | 31,5 | 0 | |
| Итого за день | Итого за день | | | 2655 | 109,9 | 101,9 | 318,2 | 2587 | 1,24 | 58,31 | 506,9 | 9,8 | 1115,3 | 1443,6 | 387,29 | 31,22 | |

Медицинская сестра Диетическая

Каплинина Н.А.

ФАКТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 16 мая 2024 года



Утверждено
 Директор ГБОУ АО "Вельская СКОШИ"
 Вилин С.Ю.

| 13 день | Меню | Сборник | № рецеп. по сборнику | 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | |
|---------|-----------------------------|---------|----------------------|-----------|-------|-------|-------|-------|------|-------|---------------------|------|---------|--------|--------|-------|------|
| | | | | Выход | Б | Ж | У | Ккал | В1 | С | Витаминные вещества | | | | | | |
| | | | | Р | Мг | Fe | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша молочная Дружба | 3 | 210 | 250 | 7.3 | 14.1 | 40.1 | 319.3 | 0.12 | 0.54 | 0 | 0 | 0.4 | 7 | 31 | 9.4 | 0.8 |
| | Хлеб пшеничный | 1 | 10 | 50 | 1.1 | 0.2 | 8 | 38.6 | 0.1 | 0 | 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 | 0 | 1.1 | 7 | 31.6 | 9.4 | 0.8 |
| | Масло (пшеничное) | 1 | 13 | 20 | 0.3 | 16.6 | 0.3 | 149.6 | 0 | 0 | 118 | 0.4 | 2.4 | 3.8 | 0 | 0 | 0 |
| | Молочное варенье | 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 | |
| | Компот из смеси сухофруктов | 2 | 402 | 200 | 0 | 0 | 21.8 | 86.2 | 0 | 0 | 1.6 | 0 | 9.1 | 0 | 1.9 | 0 | |
| | Чай с сахаром | 3 | 4 | 300 | 14 | 3.3 | 74.6 | 676.1 | 0.37 | 0.54 | 192 | 2.6 | 19.5 | 126.5 | 67.5 | 3.4 | |
| | Сладкое: мороженое | 3 | 4 | 300 | 43.8 | 18.1 | 17.6 | 129.8 | 0.1 | 0.5 | 120.3 | 3.5 | 3.8.8 | 522.5 | 62.1 | 2 | |
| | Сладкое: мороженое | 2 | 403 | 200 | 3.8 | 3 | 23 | 130.8 | 0 | 0.5 | 17.7 | 0 | 117.5 | 104.6 | 28.9 | 0.9 | |
| | Сладкое: мороженое | 1 | 140.13 | 100 | 0 | 0 | 5 | 22.5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | |
| Обед | Пюре из картофеля | 3 | 176.1 | 300 | 47.6 | 3.1 | 63.6 | 582.1 | 0.1 | 1 | 1.14 | 3.5 | 47.3 | 627.1 | 91 | 2.9 | |
| | Морковь в кудряжи | 2 | 76 | 250 | 8.8 | 10 | 11.8 | 168.1 | 0 | 8.4 | 192.4 | 0.5 | 45 | 39.1 | 31.3 | 2.3 | |
| | Борщ с кашей | 1 | 443 | 200 | 5.1 | 8 | 51.7 | 304 | 0 | 0 | 0 | 0 | 43.6 | 109.7 | 38.2 | 1 | |
| | Рис отварной | 1 | 541 | 100 | 13.5 | 9.9 | 16.9 | 211.1 | 0.1 | 1 | 0 | 0 | 60.6 | 186.8 | 34 | 1 | |
| | Колбаса вареная | 3 | 248 | 30 | 0.4 | 1.3 | 2 | 22 | 0 | 0.8 | 0 | 0 | 2.7 | 0 | 2.7 | 0.1 | |
| | Соус томатный | 1 | 442 | 200 | 1 | 0.2 | 20.2 | 92 | 0.1 | 4 | 0 | 0 | 14 | 14 | 8 | 2.8 | |
| | Сок | 1 | 10 | 50 | 1.1 | 0.2 | 8 | 38.6 | 0.1 | 0 | 0 | 0.4 | 7 | 31 | 9.4 | 0.8 | |
| | Хлеб пшеничный | 1 | 11 | 50 | 2.8 | 0.5 | 11.2 | 84 | 0.1 | 0 | 0 | 0 | 1.1 | 17.5 | 79 | 23.5 | 2 |
| | Хлеб ржаной | 1 | 11 | 50 | 2.8 | 0.5 | 11.2 | 84 | 0.1 | 0 | 0 | 0 | 1.1 | 17.5 | 79 | 23.5 | 2 |
| | Итого за обед | | | 980 | 349 | 37.2 | 138.2 | 1031 | 0.44 | 58.71 | 192.4 | 2 | 232.4 | 459.6 | 168.09 | 10.7 | |
| Ужин | Помидор свежий | 1 | 14 | 100 | 1.2 | 0.1 | 3.8 | 24 | 0 | 25 | 0 | 0 | 14 | 26 | 20 | 0.8 | |
| | Макаронные изделия | 2 | 331 | 200 | 5.3 | 4.5 | 37.8 | 188.8 | 0.1 | 0 | 26.6 | 1.1 | 10.2 | 40.8 | 7.4 | 9.8 | |
| | Бифштекс из отварного мяса | 3 | 148 | 100 | 16.2 | 15.1 | 2.1 | 210 | 0.03 | 0.07 | 0 | 0 | 25.64 | 0 | 20.19 | 2.13 | |
| | 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 | 0 | 1.1 | 17.5 | 79 | 23.5 | 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 ужин | | | 709 | 26.9 | 20.4 | 78.3 | 608.3 | 0.33 | 26.27 | 26.8 | 2.6 | 90.34 | 186.3 | 87.49 | 16.43 | |
| | Итого за день | | | 3010 | 127.9 | 126.9 | 355.9 | 3006 | 1.29 | 88.12 | 600.2 | 10.7 | 1271.54 | 1613.3 | 445.58 | 33.43 | |
| | | | | 2 | 435 | 200 | 4.5 | 3.4 | 6.8 | 108 | 0.1 | 1.6 | 45 | 0 | 270 | 213.8 | 31.5 |

Медицинская сестра диетическая Катянина Н.А.

(Handwritten signature)