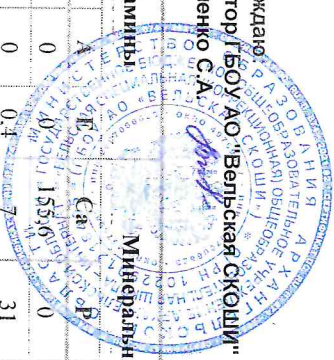


Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШ" на 19 апреля 2024 года

Утверждаю:  
 директор ГБОУ АО "Вельская СКОШ"  
 Виниченко С.А.



8 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	7-11 лет										Витамины						Минеральные вещества			
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Св	Р	Мg	Fe							
Завтрак	Макаронны запеченные с сыром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Масло (норвизими) Ябло вареное Кисель плодово-ягодный Итого за завтрак	3	228	200	9,7	14,9	32,7	310	0,05	0,04	0	0	0,4	155,6	0	15,1	0,8						
		1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0	0,4	7,5	31	9,4	0,8						
		1	11	20	1,1	0,2	4,5	33,6	0,1	0	0	1,1	7	31,6	9,4	0,8							
		1	13	15	0,2	12,5	0,2	112,2	0	0	88,5	0,3	1,8	2,9	0	0							
		2	213	40	4,2	3,8	0,2	49,1	0	0	72,4	0,7	1,8	17,2	60,1	3,8	0,8						
		2	405	200	0	0	26,5	104,7	0	0	0	0	0	12	4,3	2	0						
		Итого за завтрак	525	16,3	31,6	72,1	648,2	0,25	0,04	160,9	2,5	200,6	129,9	39,7	3,2								
		Второй завтрак	Пряник Молоко кипяченое Яблоко Итого за второй завтрак	2	21	30	1,6	1,4	22,5	109,8	0	0	0	0	3,3	15	2,7	0,2					
				2	127,01	200	3	3	4	56	0	0	0	0	121	91	14	0					
				100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	5	0	16	11	8	2,2							
Итого за второй завтрак	330			5	4,8	36,3	212,8	0	10	5	0	140,3	117	24,7	2,4								
Обед	Салат из свежих овощей и помидор Ци из свежей капусты Рис отварной Бефстроганов из отварного мяса Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Итого за обед			1	23,01	60	0,6	4,2	1,8	46,8	0	0	0	12	7,8	21,6	0,6						
				2	84	200	7	8,1	6,6	123,1	0	9,9	148,1	0,3	36	88,4	22,2	1,6					
				1	448	150	3,8	6	38,8	228	0	0	0	0	32,7	82,3	28,6	0,8					
				3	148	90	14,6	13,4	1,9	189	0,02	0,06	0	0	23	0	18,2	1,9					
				2	402	200	0	0	21,8	86,2	0	0	1,6	0	9,1	0	1,9	0					
				1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8					
		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	29,9	32,4	90,1	795,7	0,22	9,96	149,7	1,8	137,3	288,5	125,4	7,7								
		Ужин	Икра кабачковая Рыба запеченная с картошкой по-русски Сок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Итого за ужин	2	7	60	1,1	3,8	6,2	62,4	0	21,5	0	0	23,3	24,4	10,6	0,6					
				2	89,05	200	26,7	17	24	225,1	0,4	17,1	90,4	0,4	52,6	322	69,4	2,6					
2	442			200	1	0,2	20,2	92	0,1	4	0	0	14	14	8	2,8							
1	10			50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8							
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	560			32,7	21,7	69,6	502,1	0,7	42,6	90,4	1,9	114,4	470,4	120,9	8,8								
Второй ужин	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	2415	86,4	93,9	274,9	2267	1,27	64,2	451	6,2	862,6	1219,6	342,2	22,1						

Медицинская сестра диетическая Каплинина Н.А.

*Handwritten signature*



Фактическое меню ГБОУ ДО "Вельская СКОЛ на 19 апреля 2024 года

Утверждено  
 директор ГБОУ ДО "Вельская СКОЛ"  
 Виниченко С.А.

8 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет															
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
Завтрак	Макаронн заготовленные с сыром	3	261	250	12,2	22,2	40,8	419,3	0,06	0,05	0,0	0,0	0,4	0,0	0,0	0	18,9	1,1	
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0	0,4	0,0	0,0	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 (порциями)	1	13	20	0,3	16,6	0,3	149,6	0	0	0	118	0,4	2,4	3,8	0	0	0	
	Йогурт вареное	2	213	40	4,2	3,8	0,2	49,1	0	0	0	72,4	0,7	17,2	60,1	3,8	0,8	0	
	Кисель плодово-ягодный	2	405	200	0	0	26,5	104,7	0	0	0	0	0	12	4,3	2	0	0	
	<b>Итого за завтрак</b>			<b>580</b>	<b>18,9</b>	<b>43</b>	<b>80,3</b>	<b>794,9</b>	<b>0,26</b>	<b>0,05</b>	<b>190,4</b>	<b>2,6</b>	<b>241,7</b>	<b>130,8</b>	<b>43,5</b>	<b>3,5</b>			
	Второй завтрак	Пряник	2	21	30	1,6	1,4	22,5	109,8	0	0	0	0	0	3,3	15	2,7	0,2	0
		Молоко кипяченое	2	127,01	200	3	3	4	56	0	0	0	0	0	121	14	91	0	0
		Яблоко	2	18	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	5	0	0	16	11	8	2,2	0
	<b>Итого за второй завтрак</b>			<b>330</b>	<b>5</b>	<b>4,8</b>	<b>36,3</b>	<b>212,8</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	<b>140,3</b>	<b>40</b>	<b>101,7</b>	<b>2,4</b>			
Обед	Салат из свежих огурцов и помидор	1	23,01	100	1	6,7	3	78	0	0	0	0	0	19,2	12,5	34,6	1	1	
	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	2	1,1	
	Рис отварной	1	448	200	5,1	8	51,7	304	0	0	0	0	43,6	109,7	38,1	1,1	1,1		
	Бефстроганов 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	2,13		
	Компот из смеси сухофруктов	2	402	200	0	0	21,8	86,2	0	0	1,6	0	9,1	0	1,9	0	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	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	2		
	<b>Итого за обед</b>			<b>950</b>	<b>34,9</b>	<b>40,6</b>	<b>106,1</b>	<b>954,7</b>	<b>0,23</b>	<b>12,47</b>	<b>187,1</b>	<b>1,9</b>	<b>167,04</b>	<b>342,7</b>	<b>156,09</b>	<b>9,03</b>			
	Ужин	Игра кабычковая	2	7	100	1,8	6,3	10,3	104	0	35,8	0	0	38,8	40,7	17,7	1	1	
		Рыба запеченная с картошкой по-русски	2	89,05	250	33,4	21,3	30	281,4	0,5	21,4	113	0,5	65,8	402,5	86,8	3,3	3,3	
Сок		2	442	200	1	0,2	20,2	92	0,1	4	0	0	14	14	8	2,8	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	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	2		
<b>Итого за ужин</b>			<b>650</b>	<b>40,1</b>	<b>28,5</b>	<b>79,7</b>	<b>600</b>	<b>0,8</b>	<b>61,2</b>	<b>113</b>	<b>2</b>	<b>143,1</b>	<b>567,2</b>	<b>145,4</b>	<b>9,9</b>				
Второй ужин	Инфидок	2	435	200	4,5	3,4	6,8	108	0,1	1,6	45	0	270	213,8	31,5	0	0		
	<b>Итого за день</b>			<b>2710</b>	<b>103,4</b>	<b>120,3</b>	<b>369,3</b>	<b>2670</b>	<b>1,30</b>	<b>65,32</b>	<b>640,5</b>	<b>6,5</b>	<b>962,14</b>	<b>1294,5</b>	<b>478,19</b>	<b>24,83</b>			

Медицинский состав: Двигательская Калинина Н.А.

*Handwritten signature*