



Фактическое меню БОУ АО "Вельская СКОШИ на 20 апреля 2024 года

Утверждаю:  
 директор БОУ АО "Вельская СКОШИ"  
 Виниченко С.А.

9 день	Меню	Сборник	№ рецен. по сборнику	12-18 лет										Витамины				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	156,3	0	134,9	4,2							
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7,1	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							
	Сыр (порциями)	2	14	20	4,6	5,9	0	72,8	0	0,1	52	0,1	176	100	7	0,2							
	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			560	18,5	37,1	73,7	726,3	0,5	1,9	170,2	2	364,7	175,9	167,7	6,9							
Второй завтрак	Шанежка наливная	3	117	60	3,9	3,7	24,1	149,2	0,05	0	0	0	8,4	0	5,3	0,45							
	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							
	Груша	1	140,13	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0							
	Итого за второй завтрак			360	7,7	6,7	52,1	302,5	0,05	0,5	17,7	0	133,9	104,6	34,2	1,35							
Обед	Сельдь соленая	1	26,01	150	18	18	3	249	0	0	0	0	96	306	46,5	1,5							
	Суп крестьянский с крупой	2	94	250	8,8	10,9	13	180,8	0	8,4	16,1	2,2	35,5	113	28,6	1,9							
	Жаркое по-домашнему	2	143,02	250	3,8	12,5	21,3	228,8	0	0	0	0	66,3	117,5	55	2,5							
	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			950	35,5	42,3	76,7	873,2	0,3	12,4	16,1	3,7	236,3	660,5	171	11,5							
Ужин	Капустя запеченная	2	52,05	200	4	8	18	188	0	0	0	0	38	40	108	2							
	Котлета рубленая из птицы	3	205	100	15,2	21,8	15,2	320	0	0,4	0	0	19	33,3	18,1	1,5							
	Соус томатный	3	593 (3)	50	0,6	2,2	3,4	37	0,01	1,36	0	0	4,52	0	4,57	0,21							
	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							
	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			650	23,7	32,7	82,3	772,3	0,21	1,76	0	1,5	98,02	187,6	165,57	6,51							
Второй ужин	Снежок	2	120,02	200	5	6	14	138	0	0	0	0	233	27	184	0							
	Итого за день			2720	90,4	124,8	298,8	2812,3	1,06	16,56	204	7,2	1065,9	1155,6	722,47	26,26							

Медицинская сестра диетическая Калининна Н.А.

