

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 18 мая 2024 года

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

1 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	7-11 лет													
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
Завтрак	Каша рисовая молочная вязкая	3	302	200	5,8	8	38,9	254	0,05	0,19	0	0	114,5	182	32,2	0,53	
	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	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	15	0,2	12,5	0,2	112,2	0	0	88,5	0,3	1,8	2,9	0	0	
	Рыба красная (соленая)	1	36	25	6	2,4	0	46	0	0	0	0	4,6	0,7	4,3	0,2	
	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 завтрак			510	14,5	23,3	67	547,3	0,25	1,39	88,7	1,8	150,9	257,7	62,3	3,23	
	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
	завтрак	Банан	2	19	100	1,5	0,5	21	96	0	10	20	0	8	28	42	0,6
		Кисель плодово-ягодный	1	405	200	0	0	26,5	104,7	0	0	0	0	12	4,3	2	0
	Итого за второй завтрак			360	5,4	4,2	71,6	349,9	0,05	10	20	0	28,4	32,3	49,3	1,05	
Обед	Салат свежая с чесноком	2	64	60	0,8	5,1	5,1	69	0	5,6	0	0	23,1	24,3	12,5	0,8	
	Пи из свежей капусты	2	84	200	7	8,1	6,6	123,1	0	9,9	148,1	0,3	36	88,4	22,2	1,6	
	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	
	Рыба запеченная	1	236	90	11,3	16,9	7,9	270	0,3	6,6	21,7	2,3	25,1	130	28,6	1,2	
	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			800	29,3	35,5	96,8	865,5	0,7	26,1	196,4	5,2	132,9	407,5	111,6	19	
	Ужин	Огурец соленый	1	15	60	0,6	0,1	4,8	9,6	0	0	0	0	16,3	17,3	10	0,5
		Пюре картофельное	2	335	150	3,1	5	20,1	133,6	0,2	10,4	30,8	0,3	36,9	86,3	29,5	1,1
Чахохбили		2	99,27	90	9	3,6	3	75	0	0	0	0	8,4	75,6	12,6	0,7	
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	
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			600	20,4	12,4	70,1	471,6	0,4	10,9	48,5	1,8	203,6	393,8	113,9	6		
Второй ужин	Снежок	2	120,02	200	5	6	14	138	0	0	0	0	233	184	27	0	
	Итого за день			2470	74,6	81,4	319,5	2372,3	1,4	48,39	353,6	8,8	748,8	1275,3	364,1	29,28	

Медицинская сестра диетическая

Каплинина Н.А.

Handwritten signature

