

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" 1.19 мая 2024 года

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



Витамины: Минеральные вещества

2 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	Выход	7-11 лет												
					Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	3	194	200	6,9	8	35,8	250	0,13	0,49	0	0	144,5	0	33,1	0,88	
	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	0,2
	Сыр (порциями)	2	14	15	3,5	4,4	0	54,5	0	0,1	39	0,1	132	75	5,3	0,2	
	Чай сладкий	2	430	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9	
Итого за завтрак					500	13,1	25,3	63,9	0,33	1,79	127,7	1,9	308,3	150	64,2	3,58	
Второй завтрак	Заканка творожная	2	224	200	3,5	22,5	30,1	34,3	0,1	0,4	101	2,8	279	418	49,7	1,6	
	Сок	1	442	200	1	0,2	20,2	92	0,1	4	0	0	14	14	8	2,8	
Груша					100	0	0	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0	
Итого за второй завтрак					500	3,6	22,7	55,3	0,2	4,4	101	2,8	301	432	57,7	4,4	
Обед	Салат из капусты с огурцом	1	44	60	1	3,1	5,7	55	0	24,5	0	0	27,7	21,4	10	0,4	
	Суп гороховый с мясом	2	107	200	10,2	8,2	9,8	149,1	0,16	0,5	146,9	2,2	53,1	103,8	27,8	2,2	
	Каша гречневая рассыпчатая	1	324	150	8,2	6	40	225	0,2	0	23,6	4,7	227	187	125	4,4	
	Печень по-строгановски	2	256	90	22,7	14,7	0	238	0,2	17,6	90	1,8	11,3	340	22,5	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	
	Итого за обед					800	46	32,7	96,5	0,76	42,6	262,1	10,2	352,7	762,2	220,1	18,8
	Ужин	Гарнир овощной сложный	3	500	200	4,1	5,5	23,4	168	0,11	24,79	0	0	58,9	0	38,41	1,5
Рулет мясной		1	278	90	12,3	19,1	12,3	249,8	0	2,2	47,6	2,4	27	142,8	23,6	2,1	
Дйло 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	
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					630	24,5	29,1	81,6	0,31	26,99	120	4,6	139,6	317,2	100,71	7,2	
Второй ужин	Йогурт	2	435	200	4	3	6	96	0,1	1,4	40	0	240	190	28	0	
Итого за день					2630	123,6	112,8	303,3	2675,4	1,7	77,18	650,8	19,5	1341,6	1851,4	470,71	33,98

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 19 мая 2024 года

Утверждено: _____
 директор ГБОУ АО "Вельская СКОШИ"
 Виниченко С.А.



2 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет													
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	3	194	250	8,6	13,5	44,8	345	0,16	0,61	0,4	0,4	181,8	0	41,4	1,12	
	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	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	4,5	5,9	0	72,8	0	0,1	52	0,1	176	100	7	0,2	
	Чай сладкий	2	430	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9	
	Итого за завтрак				560	15,9	36,4	73	702,5	0,36	1,91	170,2	2	390,2	175,9	74,2	3,82
	Второй завтрак	Запеканка творожная	2	224	250	43,8	28,1	37,6	428,8	0,1	0,5	126,3	3,5	348,8	522,5	62,1	2
		Сок	1	442	200	1	0,2	20,2	92	0,1	4	0	0	14	14	8	2,8
		Груша	1	140,13	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0
	Итого за второй завтрак			550	44,8	28,3	62,8	543,3	0,2	4,5	126,3	3,5	370,8	536,5	70,1	4,8	
Обед	Салат из капусты с огурцом	1	44	100	1,7	5,2	9,5	91,7	0	40,8	0	0	46,2	35,7	16,7	0,7	
	Суп гороховый с мясом	2	107	250	12,8	10,3	12,3	186,4	0,1	0,6	183,6	2,8	66,4	129,8	34,8	2,8	
	Каша гречневая рассыпчатая	1	324	200	10,9	8	53,3	300	0,2	0	31,5	6,3	303	249,3	166,6	5,9	
	Печень по-строгановски	2	256	100	25,2	16,3	0	264,4	0,2	17,6	90	1,8	12,6	377,8	25	10	
	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	
Итого за обед				950	54,5	40,5	116,1	1051,3	0,7	59	306,7	12,4	461,8	902,6	277,9	22,2	
Ужин	Гарнир овощной сложный	3	500	200	4,1	5,5	23,4	168	0,11	24,79	0	0	58,9	0	38,41	1,5	
	Рулет мясной	1	278	100	13,7	21,2	13,7	277,5	0	2,4	52,9	2,7	30	158,7	26,2	2,3	
	Дайто 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	
	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	
Второй ужин	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			640	25,9	31,2	83	721,9	0,31	27,19	125,3	4,9	142,6	333,1	103,31	7,4	
	Йогурт	2	435	200	4	3	6	96	0,1	1,4	40	0	240	190	28	0	
	ИТОГО за день			2900	145,1	139,4	340,9	3115	1,67	94	768,5	22,8	1605,4	2138,1	553,51	38,22	

Медицинская сестра Диетическая

Каплинина Н.А.

Handwritten signature