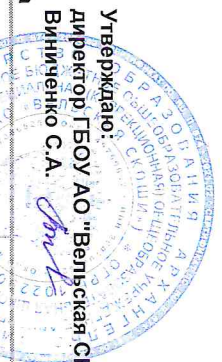


Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 26 мая 2024 года

Утверждено:
 директор ГБОУ АО "Вельская СКОШИ"
 Винниченко С.А.



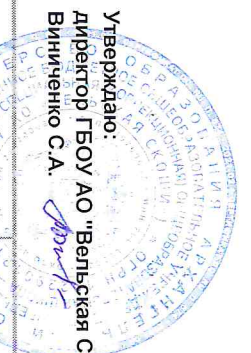
9 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	7-11 лет													
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е1	Са	Р	Мг	Fe	
Завтрак	Каши гречневая вязкая на молоке	3	104	200	8,9	9,1	36,3	274,5	0,2	0,5	0	0	0	125	0	107,9	3,3
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8
	Хлеб ржаной	1	11	20	1,1	0,2	4,5	33,6	0,1	0	0	0	1,1	7	31,6	9,4	0,8
	Масло (порциями)	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
	Чай сладкий	2	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	0	16	9,5	7	0,9
	Сыр (порциями)	2	14	15	3,5	4,4	0	54,5	0	0,1	39	0,1	1,32	132	75	5,3	0,2
Итого за завтрак				500	15,1	26,4	64,4	576,3	0,4	1,8	127,7	1,9	288,8	150	139	6	
Второй завтрак	Шанежка наливная	3	117	60	3,9	3,7	24,1	149,2	0,05	0	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	60	7,2	7,2	1,2	99,6	0	0	0	0	38,4	122,4	18,6	0,6	
	Суп крестьянский с крупой	2	94	200	7	8,7	10,4	144,6	0,1	6,7	12,9	1,8	28,4	90,4	22,9	1,5	
	Жаркое по-домашнему	2	143,02	200	3	10	17	183	0	0	0	0	53	94	44	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	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
Итого за обед				760	22,1	26,8	68	641,8	0,4	10,7	12,9	3,3	158,3	430,8	126,4	9,7	
Ужин	Капуста запеченая	2	52,05	200	4	8	18	188	0	0	0	0	38	40	108	2	
	Котлета рубленая из птицы	3	205	90	13,6	19,6	13,7	289	0,05	0,35	0	0	17,09	30	16,32	1,33	
	Соус томатный	3	593(3)	30	0,4	1,3	2	22	0,007	0,82	0	0	2,71	0	2,74	0,12	
	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	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
Итого за ужин				620	21,9	29,6	79,4	726,3	0,257	1,17	0	1,5	94,3	184,3	161,96	6,25	
Второй ужин	Снежок	2	120,02	200	5	6	14	138	0	0	0	0	233	27	184	0	
ИТОГО за день				2440	71,8	95,5	277,9	2384,9	1,107	14,17	158,3	6,7	908,3	896,7	645,56	23,3	

Медицинская сестра диетическая

Каплинина Н.А.

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 26 мая 2024 года

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



9 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет												
				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	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
Итого за завтрак	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
	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
Второй завтрак	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
Итого за обед				50	2,8	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2
Ужин	Калуста 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
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

Каплинина Н.А.