

Фактическое меню БОУ АО "Вельская СКОШИ" 1 28 мая 2024 года

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



II день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	7-11 лет												
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
Завтрак	Каша пшеничная вязкая	2	184	200	9,4	8,1	45,8	286,4	0,1	0,2	37,8	0,2	184,2	240,9	45,2	2,1
	Хлеб пшеничный	1	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0	0,4	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
	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
	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
	Итого за завтрак			510	21,6	26,4	81,5	647,6	0,3	0,7	144	2	322,1	411,7	97,2	4,8
Второй завтрак	Ватрушка с творогом	3	741	60	7	4,1	23,6	163,2	0,04	0,03	0	0	34,5	0	8,9	0,5
	Компот из свежих плодов	3	631(3)	200	0,2	0,1	17,2	70	0,01	1,6	0	0	6,03	0	3,13	0,8
	Мандарин	1	140,1	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0
	Итого за второй завтрак			360	7,2	4,2	45,8	255,7	0,05	1,63	0	0	48,53	0	12,03	1,3
Обед	Салат из капусты с огурцами	2	44	60	1	3,1	5,7	55	0	24,5	0	0	27,7	21,4	10	0,4
	Расоольник с мясом	2	105	200	5,4	5	14,3	111,4	0,1	13,8	0,1	0	20,4	88,9	24,7	2,8
	Пюре картофельное	1	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
	Рыба запеченная	1	236	90	11,3	16,9	7	270	0,3	6,6	21,7	2,3	25,1	130	28,6	1,2
	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 обед			800	24,7	30,7	92,8	797,3	0,8	55,3	52,6	4,1	146,6	440,9	127,7	8,3
Ужин	Огурец свежий	2	12	60	0,5	0	1,6	8,4	0	6	0	0	13,6	25,2	8,4	0,3
	Каша перловая рассыпчатая	2	323	200	5,6	5,9	38,9	226,5	0,1	0	31,3	2,5	35,5	188,6	24,9	1,2
	Тертая мясные	1	191	90	14,8	25,4	25,2	393	0,1	12,3	0	0	74,3	196,8	67,3	2,3
	Чай сладкий с лимоном	1	143	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	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			650	25,1	32	100,3	813,4	0,4	19,5	31,5	4	163,9	530,1	140,5	7,5
Второй ужин	Кефир	2	435	200	5,8	5	8	106	0,1	1,4	44	0,1	240	190	28	0,2
	Итого за день			2520	84,4	98,3	328,4	2620	1,65	78,53	272,1	10,2	921,13	1572,7	405,43	22,1

Медицинская сестра диетическая

Калинина Н.А.

Фактическое меню ГБОУ АО "Вальская СКОШИ" на 28 мая 2024 года

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



11 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет						Витамины								Минеральные вещества			
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe					
Завтрак	Каша пшеничная вязкая	2	184	250	11,8	10,1	57,3	358	0,1	0,3	47,3	0,2	230,3	301,1	56,5	2,6					
	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 (поршьями)	1	13	20	0,3	16,6	0,3	149,6	0	0	118	0,4	2,4	3,8	0	0					
	Рыба красная (солёная)	1	36	30	7,2	2,9	0	55,2	0	0	0	0	5,5	0,8	5,2	0,2					
	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					
	Итого за завтрак			570	25,3	33	93,1	765,8	0,3	0,8	183	2,1	369,7	472,9	109,4	5,3					
	Второй завтрак	Ватрушка с творогом	3	741	60	7	4,1	23,6	163,2	0,04	0,03	0	0	34,5	0	8,9	0,5				
		Компот из свежих плодов	3	631(3)	200	0,2	0,1	17,2	70	0,01	1,6	0	0	6,03	0	3,13	0,8				
		Мандарин	1	140,1	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0				
	Итого за второй завтрак			360	7,2	4,2	45,8	255,7	0,05	1,63	0	0	48,53	0	12,03	1,3					
Обед	Салат из капусты с огурцами	2	44	100	1,7	5,2	9,5	91,7	0	40,8	0	0	41,2	35,7	16,7	0,7					
	Рассольник с мясом	2	105	250	6,7	6,3	14,3	144	0,1	17,3	0,1	0	25,9	111,2	30,9	3,5					
	Пюре картофельное	1	335	200	4,1	6,7	26,8	178,1	0,2	13,8	41	0,3	49,2	115,1	39,3	1,5					
	Рыба запеченная	1	236	100	12,5	18,8	8,8	300	0,4	7,3	24,1	2,6	27,9	144,4	31,8	1,3					
	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 обед			950	28,9	37,7	105,1	941,1	0,9	79,2	65,2	4,4	180,7	520,7	153,6	9,8					
	Ужин	Огурец свежий	2	12	100	0,8	0	2,7	14	0	10	0	0	23	42	14	0,6				
		Каша перловая рассыпчатая	2	323	200	5,6	5,9	38,9	226,5	0,1	0	31,3	2,5	35,5	188,6	24,9	1,2				
Тфтели мясные		1	191	100	16,4	28,2	29	436,7	0,1	13,7	0	0	82,6	218,7	74,8	2,5					
Чай сладкий с лимоном		2	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	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			700	27	34,8	105,2	862,7	0,4	24,9	31,5	4	181,6	568,8	153,6	8					
Второй ужин	Кефир	2	435	200	5,8	5	8	106	0,1	1,4	44	0,1	240	190	28	0,2					
	ИТОГО за день			2780	94,2	114,7	357,2	2931,3	1,75	107,9	323,7	10,6	1020,53	1752,4	456,63	24,6					

Медицинская сестра диетическая

Каплинина Н.А.

(Handwritten signature)