

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 6 июля 2024 года

7 день	Меню	Сборник	№ рецп. по сборнику	7-11 лет														
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	Е	Са	Р	Мг	Fe			
Завтрак	Сырники запеченные	1	353	200	67,5	45,6	83,2	328,5	0,3	1,8	0,4	0,1	0,5	11,5	42	135	38,5	
	Хлеб пшеничный	3	10	50	2,7	0,4	19,9	96,6	0,1	0	0	0,4	7	31	16,5	0,9		
	Хлеб ржаной	3	11	20	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8		
	Масло (порциями)	1	13	15	0,2	13	0,2	57	0	0	45	0,2	1	1,5	0	0		
	Сыр (порциями)	1	14	15	3,5	4,4	0	54,5	0	0,1	39	0,1	132	75	5,3	0,2		
	Чай сладкий с молоком	1	134	200	2	2	9	55	0	0	0	0	64	48	9	0		
	Итого за второй завтрак			500	77	65,6	120,3	630,2	0,5	1,9	84,4	1,2	408,5	472,5	175,2	40,4		
	Обед	Салат витаминный	2	5,02	60	0,6	4,2	4,8	60	0	0	0	0	25,2	10,8	16,8	0,6	
		Суп крестьянский с крупой	1	94	200	7	8,7	10,4	144,6	0	6,7	12,9	1,8	28,4	90,4	22,9	1,5	
		Картофель отварной с маслом	1	54	200	12,8	4	4	146	0	0	0	0	12	26,6	70,1	1,2	
Рыба туш. в томате с овощами		1	88	90	8,1	4,5	3,6	90	0	0	0	0	35,1	3,6	145,8	0,8		
Компот из смеси сухофруктов		1	402	200	0	0	21,8	86,2	0	0	1,6	0	9,1	0	1,9	0		
Хлеб пшеничный		3	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8		
Хлеб ржаной		3	11	50	2,8	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2		
Яблоко		2	140,2	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	5	0,6	16	11	8	2,2		
Итого за обед				950	32,8	22,5	73,6	696,4	0,2	16,7	19,5	3,9	150,3	252,4	298,4	9,1		
ИТОГО за день				1450	109,8	88,1	193,9	1326,6	0,7	18,6	103,9	5,1	558,8	724,9	473,6	49,5		



Медицинская сестра диетическая Каплинина Н.А.

(Handwritten signature)

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШ" на 6 июля 2024 года

7 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет													
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	Витаминный	Минеральные вещества	Р	Мг	Fe		
Завтрак	Сырники запеченные	1	353	250	84,4	57	104	478,1	0,4	2,3	0,5	0	241,3	343,8	168,8	48,1	
	Хлеб пшеничный	3	10	50	2,7	0,4	19,9	96,6	0,1	0	0	0,5	11,5	42	16,5	0,9	
	Хлеб ржаной	3	11	20	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	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)	1	14	20	4,6	5,9	0	72,8	0	0,1	52	0,1	176	100	7	0,2	
	Чай сладкий с молоком	1	134	200	2	2	2	55	0	0	0	0	64	48	9	0	
	Итого за второй завтрак			560	95,1	82,1	141,2	890,7	0,6	2,4	170,5	1,4	502,2	568,6	210,7	50	
	Обед	Салат витаминный	2	5,02	100	1	7	8	100	0	0	0	0	40,3	17,3	26,9	1
		Суп крестьянский	1	94	250	8,8	10,9	13	180,8	0	8,4	16,1	2,2	35,5	113	28,6	1,9
		Картофель отварной с маслом	1	54	250	16	5	5	182,5	0	0	0	0	15	33,3	87,6	1,5
Рыба туш. в томате с овощами		1	88	100	9	5	4	101	0	0	0	0	35,1	3,6	145,8	0,8	
Компот из смеси сухофруктов		1	402	200	0	0	21,8	86,2	0	0	1,6	0	9,1	0	1,9	0	
Хлеб пшеничный		3	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8	
Хлеб ржаной		3	11	50	2,8	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2	
Яблоко		2	140,2	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	5	0,6	16	11	8	2,2	
Итого за обед				1100	39,1	29	80,8	820,1	0,2	18,4	22,7	4,3	175,5	288,2	331,7	10,2	
ИТОГО за день				1660	134,2	111,1	222	1710,8	0,8	20,8	193,2	5,7	677,7	856,8	542,4	60,2	



Утверждено
 директор ГБОУ АО "Вельская СКОШ"
 С.А. Виниченко

Медицинская сестра диетическая Калининна Н.А.

(Handwritten signature)