

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 7 июля 2024 года



8 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	7-11 лет													
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	Витамин	Са	Р	Мг	Fe			
Завтрак	Каша гречневая с молоком	1	326	200	8,7	4,8	33,9	216	0,2	1,3	0,9	1,3	230	108	3,2		
	Хлеб пшеничный	3	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0,1	7	31	9,4	0,8		
	Хлеб ржаной	3	11	20	1,1	0,2	8	33,6	0,1	0	0	1,1	7	31	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		
	Йогурт вареное	1	213	40	4,2	3,8	0,2	49,1	0	0	72,4	0,7	17,2	60,1	3,8	0,8	
	Кофейный напиток с молоком	1	432	200	2	1,2	24,3	114,6	0	0,3	8,8	0	68	65,9	18,7	0,6	
	Итого за завтрак			525	17,3	22,7	74,6	564,1	0,4	1,6	169,7	2,5	232,3	420,9	149,3	6,2	
	Обед	Салат зеленый с помидором	1	42	60	0,6	5,1	1,9	57	0	12,8	0	0	16,2	15,1	13,1	0,5
		Суп картофельный с фасолью	1	126	200	4,4	3,8	15,5	116	0,2	9,9	0	0	36,9	111,3	30,3	1,4
		Рис отварной	1	448	150	3,8	6	38,8	228	0	0	0	0	32,7	82,3	28,6	0,8
Гуляш куринный		2	259	90	12,4	12,5	2,5	162,5	0	0,7	6,2	1,7	8,2	113	14,9	1,8	
Сок		1	442	200	1	0,2	20,2	92	0,1	4	0	0	14	14	8	2,8	
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	50	2,8	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2	
Виноград		2	140,1	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0	
Итого за обед				900	27,7	28,5	115	858,6	0,5	27,4	6,2	3,3	145	456,7	134,9	10,2	
Итого за день				1425	45	51,2	189,6	1423	0,9	29	175,9	5,8	377,3	877,6	284,2	16,4	

Медицинская сестра диетическая Каплинина Н.А.

(Handwritten signature)

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШ" на 7 июля 2024 года

Утверждено: 
 Директор ГБОУ АО "Вельская СКОШ"
 С.А.Виниченко

8 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет						Витаминный							
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	Витаминный	Р	Мг	Fe			
Завтрак	Каша гречневая с молоком	1	326	250	10,9	5,9	42,4	270	0,3	1,6	0,4	0,4	164	287,5	135	4	
	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	20	1,1	0,2	8	33,6	0,1	0	0	1,1	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	
	Дйшо вареное	1	213	40	4,2	3,8	0,2	49,1	0	0	72,4	0,7	17,2	60,1	3,8	0,8	
	Кофейный напиток с молоком	1	432	200	2	1,2	24,3	114,6	0	0,3	8,8	0	68	65,9	18,7	0,6	
	Итого за завтрак			580	19,6	27,9	83,2	655,5	0,5	1,9	199,2	2,6	265,6	479,3	176,3	7	
	Обед	Сал.зеленый с помидором	1	42	100	1	8,5	3,2	95	0	21,3	0	0	27	25,2	21,8	0,8
		Суп картофельный с фасолью	1	126	250	5,5	4,8	19,4	145	0,2	12,4	0	0	46,1	139,1	37,9	1,8
		Рис отварной	1	448	200	5,1	8	51,7	304	0	0	0	0	43,6	109,7	38,2	1
Гуляш куринный		2	259	100	13,1	14,3	2,8	180,6	0	0,9	6,8	2	9,1	127,4	16,8	1,9	
Сок		1	442	200	1	0,2	20,2	92	0,1	4	0	0	14	14	8	2,8	
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	50	2,8	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2	
Виноград		2	140,1	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0	
Итого за обед				1050	31,2	36,7	133,4	1020	0,5	38,6	6,8	3,6	176,8	536,4	162,7	11,2	
ИТОГО за день				1630	50,8	64,6	216,6	1675	1	40,5	206	6,2	442,4	1015,7	339	18,2	

Медицинская сестра диетическая Калинина Н.А.

