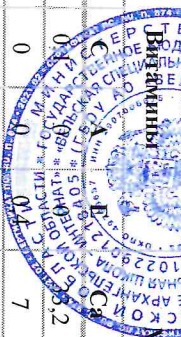


Фактическое меню БЭОУ АО "Вельская СКОШИ" на 11 июня 2024 года

Утверждено
 директор БЭОУ АО Вельская СКОШИ
 С.А. Виноченко



10 день	Меню	Сборник	№ репел. по сборнику	7-11 лет										Минеральные вещества				
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	С	Р	Мг	Fe		
Завтрак	Макаронны запеч. с сыром	2	204	200	9,2	9,1	38,2	271	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	1,6
	Хлеб пшеничный	3	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0,8
	Хлеб ржаной	3	11	20	1,1	0,2	4,5	33,6	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0,8
	Масло (порциями)	1	13	15	0,2	12,5	0,2	112,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Йогурт вареное	1	213	40	4,2	3,8	0,2	49,1	0	0	0	0	0,7	17,2	60,1	3,8	0,8	
	Чай сладкий с лимоном	1	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	7	0,9	
	Итого за завтрак			525	16,1	25,8	66,5	567,4	0,3	1,3	161,1	2,5	82,2	135,1	29,6	4,9		
	Обед	Салат из свежих овощей	2	59	60	0,4	5,1	1,4	53	0	5,6	0	0	13,9	23,4	7,9	0,3	
		Щи из свежей капусты	1	84	200	7	8,1	6,6	123,1	0	9,9	148,1	0,3	36	88,4	22,2	1,6	
		Каша гречневая рассыпчатая	1	324	150	8,2	6	40	225	0,2	0	23,6	4,7	227	187	125	4,4	
Мясо тушеное		1	257	90	27,1	29,3	5	376,7	0	1,4	10,2	4	18	32,4	35,6	3,8		
Сок		1	442	200	1	0,2	20,2	92	0	0,5	17,7	0	14	14	8	2,8		
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		
Груша		1	140,13	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0		
Итого за обед				900	47,6	49,4	97,4	1014,9	0,4	17,4	199,6	10,5	341,4	455,2	231,6	15,7		
Итого за день				1425	63,7	75,2	163,9	1582,3	0,7	18,7	360,7	13	423,6	590,3	261,2	20,6		

Медицинская сестра диетическая Каплинина Н.А.

Handwritten signature

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 11 июня 2024 года



10 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет															
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	Вит. Д	Са	Р	Мг	Fe				
Завтрак	Макаронны запеченные с сыром	2	204	250	11,5	11,4	47,8	338,8	0,1	0,1	0	0	0,4	7	31	0	0	2	
	Хлеб пшеничный	3	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0	0	7	31	0	0	0,8	
	Хлеб ржаной	3	11	20	1,1	0,2	4,5	33,6	0,1	0	0	0	1,1	7	31,6	9,4	0,8	0,8	
	Масло (порциями)	1	13	20	0,3	16,6	0,3	149,6	0	0	0	118	0,4	2,4	3,8	0	0	0	
	Яйцо вареное	1	213	40	4,2	3,8	0,2	49,1	0	0	0	72,4	0,7	17,2	60,1	3,8	0,8	0,8	
	Чай сладкий с лимоном	1	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	0	16	9,5	7	0,9	0,9	
	Итого за завтрак				580	18,5	32,2	76,2	672,6	0,3	1,3	190,6	2,6	91,1	136	29,6	5,3	5,3	
	Обед	Сагат из свежих огурцов	2	59	100	0,7	8,5	2,3	88,3	0	9,3	0	0	0	23,2	39	13,2	0,5	0,5
		Щи из свежей капусты	1	84	250	8,8	10,1	8,3	153,9	0	12,4	180	0,4	45	110,5	27,8	2	2	2
		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	5,9	
Мясо тушеное		1	257	100	30,2	32,6	5,6	418,6	0	1,6	11,4	4,4	20	36	39,6	4,2	4,2		
Сок		1	442	200	1	0,2	20,2	92	0	0,5	17,7	0	14	14	8	2,8	2,8		
Хлеб пшеничный		3	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8	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	2		
Груша		1	140,13	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	0	8	0	0	0		
Итого за обед					1050	55,5	60,1	113,9	1197,9	0,4	23,8	240,6	12,6	437,7	558,8	288,1	18,2	18,2	
ИТОГО за день					1630	74	92,3	190,1	1870,5	0,7	25,1	431,2	15,2	528,8	694,8	317,7	23,5	23,5	

Медицинская сестра диетическая Калинина Н.А.