

Утверждаю
 директор ГБОУ АО "Вельская СКОШИ"
 С.А. Виниченко



Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 20 июня 2024 года

2 день	Меню	Сборник	№	7-11 лет					Витамины				Минеральные вещества			
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Ca	Mg	Fe	
Завтрак	Запеканка творожная	1	224	200	35	22,5	30,1	343	0,1	0,4	101	2,8		49,7	1,6	
	Хлеб пшеничный	3	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4		9,4	0,8	
	Хлеб ржаной	3	11	20	1,1	0,2	8	33,6	0,1	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	2,9	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 лимоном	1	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9
	Итого за завтрак				500	41,2	39,8	61,7	644,8	0,3	1,7	228,7	4,7	442,8	568	80,8
из свежих огурцов и пом	2	23,01	100	1	7	3	78	0	0	0	0	20	36	13	1	
Обед	Борщ с капустой	1	76	200	7	8	9,4	134,5	0	6,7	153,9	0,4	36	31,3	25	1,8
	Рис отварной	1	448	150	3,8	6	38,6	228	0,1	0	0,1	0	32,7	82,2	28,7	0,7
	Гуляш мясной	1	155	90	19,4	8,4	5,8	176,4	0,1	3,7	0	0	20,3	214,4	30,8	10,6
	Коф.нап.с молоком	1	432	200	2,2	1,2	24,3	114,6	0	0,3	8,8	0	68	65,9	18,6	0,6
	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
	Виноград	2	140,1	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0
	Итого за обед				940	37,3	31,3	105,3	876,6	0,4	10,7	162,8	1,9	209,5	539,8	149
ИТОГО за день				1440	78,5	71,1	167	1521,4	0,7	12,4	391,5	6,6	652,3	1107,8	229,8	21,8

Утверждаю
 директор ГБОУ АО "Вельская СКОШИ"
 С.А.Виниченко



Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 20 июня 2024 года

2 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет					Витамины Минеральные вещества							
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак	Запеканка творожная	1	224	250	43,8	28,1	37,6	428,8	0,1	0,5	126,3	3,5	348,8	522,5	62,1	2
	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	31,6	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)	1	14	20	4,6	5,9	0	72,8	0	0,1	52	0,1	176	100	7	0,2
	Чай сладкий с лимоном	1	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	51,2	51	69,3	786,3	0,3	1,8	296,5	5,5	557,2	698,4	94,9
Салат из свежих огурцов и помидор	2	23,01	100	1	7	3	78	0	0	0	0	20	36	13	1	
Обед	Борщ с капустой	1	76	250	8,8	10	11,8	168,1	0	8,4	192,4	0,5	45	39,1	31,3	2,3
	Рис отварной	1	448	200	5,1	8,1	51,5	304	0,1	0	0,1	0	43,6	109,7	38,2	1
	Гуляш мясной	1	155	100	25,8	11,2	7,7	235	0,1	5	0	0	27	285,8	40,9	14,2
	Кофейный напиток с молоком	1	432	200	2,2	1,2	24,3	114,6	0	0,3	8,8	0	68	65,9	18,6	0,6
	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
	Виноград	2	140,1	100	0	0	5	22,5	0	0	0	0	8	0	0	0
	Итого за обед				1050	46,8	38,2	122,5	1044,8	0,4	13,7	201,3	2	236,1	646,5	174,9
ИТОГО за день				1610	98	89,2	191,8	1831,1	0,7	15,5	497,8	7,5	793,3	1344,9	269,8	26,6