

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



Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 21 июня 2024 года

3 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	7-11 лет					Витамины и минеральные вещества							
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	В2	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Маннй пудинг	1	269	200	10,1	13,7	82	488	1	1,2	0	0	36,3	140,6	23,6	1,8
	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	20	1,1	0,2	4,5	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
	Рыба красная (соленая)	3	36	25	6	2,4	0	46	0	0	0	0	4,6	0,7	4,3	0,2
	Чай сладкий	1	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9
	<b>Итого за завтрак</b>			<b>510</b>	<b>18,8</b>	<b>29</b>	<b>110,1</b>	<b>781,3</b>	<b>1,2</b>	<b>2,4</b>	<b>88,7</b>	<b>1,8</b>	<b>72,7</b>	<b>216,3</b>	<b>53,7</b>	<b>4,5</b>
	Салат редис с растительным маслом	2	15	60	0,6	7	2	74	0	13,5	0	0	21	23,8	7	0,5
Обед	Суп гороховый с мясом	1	107	200	10,2	8,2	9,8	149,1	0,16	0,5	146,9	2,2	53,1	103,8	27,8	2,2
	Биточки из кур	1	260	90	15,8	22,2	9,6	250,8	0,5	0,7	148,5	0,8	100,8	202,5	24	2,6
	Капуста тушеная	1	48	200	3	7	7	99,9	0	0	0	0	89	70	36	1
	Кисель плодово-ягодный	1	405	200	0	0	26,5	104,7	0	0	0	0	12	4,3	2	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
	Нектарин	2	140,24	100	0	0	10	45	0	0	0	0	16	0	0	0
	<b>Итого за обед</b>			<b>950</b>	<b>33,5</b>	<b>45,1</b>	<b>84,1</b>	<b>846,1</b>	<b>0,86</b>	<b>14,7</b>	<b>295,4</b>	<b>4,5</b>	<b>316,4</b>	<b>514,4</b>	<b>129,7</b>	<b>9,1</b>
<b>ИТОГО за день</b>			<b>1460</b>	<b>52,3</b>	<b>74,1</b>	<b>194,2</b>	<b>1627,4</b>	<b>2,06</b>	<b>17,1</b>	<b>384,1</b>	<b>6,3</b>	<b>389,1</b>	<b>730,7</b>	<b>183,4</b>	<b>13,6</b>	

Медицинская сестра диетическая

Н.А.Калинина

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



Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 21 июня 2024 года

3 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет					Витаминные и Минеральные вещества							
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак	Маннй пудинг	1	269	250	12,6	17,1	102,5	610	1,3	1,5	0	0	45,4	175,8	29,5	2,3
	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	4,5	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
	Рыба красная (соленая)	3	36	30	7,2	2,9	0	55,2	0	0	0	0	5,5	0,8	5,2	0,2
	Чай сладкий	1	431	200	0,3	0	15,4	62,9	0	1,2	0,2	0	16	9,5	7	0,9
	<b>Итого за завтрак</b>			<b>570</b>	<b>22,6</b>	<b>37</b>	<b>130,7</b>	<b>949,9</b>	<b>1,5</b>	<b>2,7</b>	<b>118,2</b>	<b>1,9</b>	<b>83,3</b>	<b>252,5</b>	<b>60,5</b>	<b>5</b>
	Редис с растит.маслом	2	15	100	1	11,2	3,3	123	0	22,5	0	0	35	39,7	11,7	0,9
Обед	Суп гороховый с мясом	1	107	250	12,8	10,3	12,3	186,4	0,2	0,6	183,6	2,8	66,4	129,8	34,8	2,8
	Биточки из кур	1	260	100	17,6	24,7	10,7	278,7	0	0,8	165	1	112	225	26,7	28,9
	Капуста тушеная	1	48	200	3	7	7	99,9	0	0	0	0	89	70	36	1
	Кисель плодово-ягодный	1	405	200	0	0	26,5	104,7	0	0	0	0	12	4,3	2	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
	Нектарин	2	140,24	100	0	0	10	45	0	0	0	0	16	0	0	0
	<b>Итого за обед</b>			<b>1050</b>	<b>38,3</b>	<b>53,9</b>	<b>89</b>	<b>960,3</b>	<b>0,4</b>	<b>23,9</b>	<b>348,6</b>	<b>5,3</b>	<b>354,9</b>	<b>578,8</b>	<b>144,1</b>	<b>36,4</b>
<b>ИТОГО за день</b>			<b>1620</b>	<b>60,9</b>	<b>90,9</b>	<b>219,7</b>	<b>1910,2</b>	<b>1,9</b>	<b>26,6</b>	<b>466,8</b>	<b>7,2</b>	<b>438,2</b>	<b>831,3</b>	<b>204,6</b>	<b>41,4</b>	