Утверждаю
ГБОУ РМЭ «Козьмодемьянская школа-интернат»
директор _____ Новоселов А.Г

На 11.01.2023 год. Возрастная категория 12 и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	У/вод ы	
181		Каша манная на молоке с маслом	200/10	10.5	23,8	41,25	281
377		Чай сладкий с лимоном	*200/7*	0,3	-	15,2	60
		Печенье	*32*	2,4	3,1	23,8	133,4
		Хлеб пшеничный	*50*	2,28	0,3	14,9	71.7
			Итого за завтрак:	**15.5**	**27,2**	**95,15**	**520**
424	**2 завтрак**	Булочка домашняя	*50*	3.7	7.9	29,8	281
348		Компот из чернослива	*200*	-	-	33,6	130,4
			Итого за 2 завтрак:	**3.7**	**7.9**	**59.7**	**303,9**
139	**Обед**	Капуста тушёная	*100*	5,2	5.2	21.17	99,06
87		Суп картофельный с рыбными консервами	*250/25*	7,19	6,5	21,18	188,2
259		Жаркое по-домашнему	*200*	15,5	30,6	19,3	414
389		Сок грушевый	*200*	1	0	21,2	88
		Хлеб ржаной	*80*	3,76	0,56	39,8	171,4
			Итого за обед:	**32,7**	**42,86**	**122,7**	**960,6**
223/326	**Полдник**	Запеканка из творога с молочным соусом	*100/30*	14,3	12,09	32,5	293.8
348		Компот из кураги	*200*	-	-	33,6	130,4
			Итого за полдник:	**14,3**	**12,09**	**66.1**	**424,2**
171	**Ужин**	Каша гречневая рассыпчатая	*200*	7,2	4,4	34,2	197,4
243		Сосиска отварная	*1 шт/50*	4	7.5	4	90
356		Кисель фруктовый	*200*	0,09	0	12,3	119
		Хлеб пшеничный	*50*	4	0,5	26,1	119,5
			Итого за ужин:	**15,3**	**12,4**	**74,6**	**525,9**
386	**Второй ужин**	Ряженка	*200*	5,8	5	8,4	108
			Итого за второй ужин:	**5,8**	**5**	**8,4**	**108**
			Итого за день:	***91***	***104,4***	***426,6***	***2842,7***

Шеф-повар_____ Бахтина Т.В
Медсестра _____ Беневаленская О.В.