

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



На 11.01.2023 год. Возрастная категория 7-11

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая ценность
				Белк и	Жиры	Увод- ы	
181		Каша манная на молоке с маслом	150/10	5,6	5,5	35,6	211
377		Чай сладкий с лимоном	200/7	0,3	-	15,2	60
		Печенье	28	2,1	2,7	20,8	116,8
		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,3	14,9	71,7
<b>Итого за завтрак:</b>				<b>10,3</b>	<b>8,5</b>	<b>86,5</b>	<b>450</b>
424	2 завтрак	Булочка домашняя	50	3,7	7,9	29,8	281
348		Компот из чернослива	200	-	-	33,6	130,4
<b>Итого за 2 завтрак:</b>				<b>3,7</b>	<b>7,9</b>	<b>59,7</b>	<b>256,1</b>
139	Обед	Капуста тушёная	60	2,6	2,6	10,6	61,9
87		Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	5,2	6,3	20	169,8
259		Жаркое по-домашнему	175	13,6	26,8	16,9	363
389		Сок грушевый	200	1	0	21,2	88
		Хлеб ржаной	80	3,76	0,56	39,8	171,4
<b>Итого за обед:</b>				<b>26,2</b>	<b>36,26</b>	<b>108,5</b>	<b>854,1</b>
223/3	Полдник	Запеканка из творога с молочным соусом	70/30	11	9,2	25	226
348		Компот из кураги	200	-	-	33,6	130,4
<b>Итого за полдник:</b>				<b>11</b>	<b>9,2</b>	<b>58,6</b>	<b>356,4</b>
171	Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	200	5,4	3,3	25,7	148
243		Сосиска отварная	1 шт/50	4	7,5	2	90
356		Кисель фруктовый	200	0,09	0	12,3	119
		Хлеб пшеничный	50	4	0,5	26,1	119,5
<b>Итого за ужин:</b>				<b>13,5</b>	<b>11,3</b>	<b>66,1</b>	<b>476,5</b>
386	Второй ужин	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108
<b>Итого за второй ужин:</b>				<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8,4</b>	<b>108</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>72,5</b>	<b>74,9</b>	<b>376,6</b>	<b>2501,2</b>

Шеф-повар Бахтина Т.В.  
Медсестра Беневаденская О.В.