

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



На 17.01.2023 год. Возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге тическая ценность
				Белк и	Жиры	Угле ды	
182	Завтрак	Каша пшённая на молоке с маслом	150/10	6,3	11,1	32,2	255,9
378		Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87
1		Бутерброд с маслом	40	6,4	10,3	10,9	132
Итого за завтрак:				14,3	23	60,4	474,9
209	2 завтрак	Яйцо варёное	1 шт/40	5,1	4,6	0,3	63
349		Компот из сухофруктов	200	-	-	33,6	130,4
		Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,4	47,76
Итого за 2 завтрак:				6,7	4,8	44,3	241,2
102	Обед	Суп с бобовыми и мясом цыплят	200/25	11,8	8,24	16,1	176,4
268		Котлеты с соусом	90	7,1	12,4	7,8	171
205		Макаронные изделия отварные	150	5,3	2,8	32	155
348		Компот с изюмом	200	-	-	33,6	130,4
		Хлеб ржаной	80	3,76	0,56	39,8	171,4
Итого за обед:				27,9	24	129	804
456	Полдник	Коржик молочный	75	5	8	50,9	236
356		Кисель фруктовый	200	0,09	0	12,3	119
Итого за полдник:				5,09	8	63,2	355
244	Ужин	Плов из отварной говядины	170	20,4	8,6	26	264
389		Сок персиковый	200	1	0	12,2	94
		Хлеб пшеничный	50	4	0,5	26,1	119,5
Итого за ужин:				25,4	9,1	64,3	477,5
386	Второй ужин	Снежок	180	3,9	3,7	16,1	118,2
Итого за второй ужин:				3,9	3,7	16,1	118,2
Итого за день:				82,1	75,2	369,3	2476

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