

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



На 22.01.2023 год. Возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	У/воды	
120	Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями и маслом	200/5	10,5	23,8	41,25	246
377		Чай сладкий с лимоном	200/7	0,3	-	15,2	60
2		Бутерброд с повидлом	55	2,35	6,88	15	111,7
<b>Итого за завтрак:</b>				<b>13,2</b>	<b>30,68</b>	<b>71,5</b>	<b>446,7</b>
210	2 завтрак	Омлет натуральный	50	4,6	7,45	0,85	89
		Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,4	47,76
389		Сок виноградный	200	1	-	21,2	88
<b>Итого за 2 завтрак:</b>				<b>7,2</b>	<b>7,65</b>	<b>32,5</b>	<b>224,8</b>
87	Обед	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	5,2	6,3	20	169,8
265		Плов с мясом свинины	150	13,7	25	21	364
389		Сок яблочный	200	1	-	21,2	88
		Хлеб ржаной	80	3,76	0,56	39,8	171,4
<b>Итого за обед:</b>				<b>23,7</b>	<b>31,86</b>	<b>102</b>	<b>793,2</b>
424	Полдник	Булочка домашняя	50	3,7	7,9	29,8	281
385		Молоко	200	5,6	6,4	9,4	116
<b>Итого за полдник:</b>				<b>9,3</b>	<b>14,3</b>	<b>39,2</b>	<b>397</b>
235	Ужин	Шницель рубленый рыбный	90	7,8	9,9	4,7	139
128		Картофельное пюре	180	3,1	4,3	20	131
348		Компот из кураги	200	0,04	-	24,8	94,2
		Хлеб пшеничный	50	4	0,5	26,1	119,5
<b>Итого за ужин:</b>							
368	Второй ужин	Йогурт	200	5,6	3	17	118
<b>Итого за второй ужин:</b>				<b>5,6</b>	<b>3</b>	<b>17</b>	<b>118</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>73,9</b>	<b>102,2</b>	<b>338</b>	<b>2463</b>

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