

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

На 25.01.2023 год. Возрастная категория 7-11 лет

№ 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
Итого за завтрак:				10,3	8,5	86,5	450
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	256,1
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
Итого за обед:				26,2	36,26	108,5	854,1
223/3	Полдник	Запеканка из творога с молочным соусом	70/30	11	9,2	25	226
26		Компот из кураги	200	-	-	33,6	130,4
348							
Итого за полдник:				11	9,2	58,6	356,4
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
Итого за ужин:				13,5	11,3	66,1	476,5
386	Второй ужин	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108
Итого за второй ужин:				5,8	5	8,4	108
Итого за день:				72,5	74,9	376,6	2501,2

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