

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

На 26.01.2023 год. Возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белк и	Жиры	У/вод ы	
120	Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями и маслом	150/5	7,9	17,9	30,9	187,4
370		Кофейный напиток с молоком	200	3,6	4	24,9	147,4
3		Бутерброд с сыром	50	6,1	9,33	15,01	171
Итого за завтрак:				17,6	31,23	70,8	492
	2 завтрак	Пряник	50	2,5	4	36	130
376		Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58
Итого за 2 завтрак:				2,7	4	51	188
96	Обед	Рассольник с мясом говядины и сметаной	200/25/10	7,08	6,8	13,7	147,9
143		Рагу из овощей	200	6	10,6	25,4	192
278		Тефтели мясные	70/40	8,4	8,3	9,3	166
349		Компот из сухофруктов	200	-	-	33,6	130,4
		Хлеб ржаной	80	3,76	0,56	39,8	171,4
Итого за обед:				25,2	26,26	121,8	807,7
210	Полдник	Омлет	50	4,6	7,45	0,85	89
389		Сок виноградный	200	1	-	21,2	88
		Хлеб пшеничный	25	2	0,24	13	59,7
Итого за полдник:				6,6	7,7	13,85	335,7
235	Ужин	Шницель рыбный рубленый	90	7,8	9,9	4,7	139
128		Картофельное пюре	150	3,1	4,3	20	131
388		Напиток из шиповника	200	0,68	-	24,3	99,8
		Хлеб пшеничный	50	4	0,5	26,1	119,5
Итого за ужин:				15,6	14,7	75,1	489,3
386	Второй ужин	Кефир	200	5,8	5	8	106
Итого за второй ужин:				5,8	5	8	106
Итого за день:				73,5	88,89	340,5	2418,7

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