

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
<b>Итого за завтрак:</b>				<b>17,6</b>	<b>31,23</b>	<b>70,8</b>	<b>492</b>
	2 завтрак	Пряник	50	2,5	4	36	130
376		Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58
<b>Итого за 2 завтрак:</b>				<b>2,7</b>	<b>4</b>	<b>51</b>	<b>188</b>
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
<b>Итого за обед:</b>				<b>25,2</b>	<b>26,26</b>	<b>121,8</b>	<b>807,7</b>
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
<b>Итого за полдник:</b>				<b>6,6</b>	<b>7,7</b>	<b>13,85</b>	<b>335,7</b>
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
<b>Итого за ужин:</b>				<b>15,6</b>	<b>14,7</b>	<b>75,1</b>	<b>489,3</b>
386	Второй ужин	Кефир	200	5,8	5	8	106
<b>Итого за второй ужин:</b>				<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>106</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>73,5</b>	<b>88,89</b>	<b>340,5</b>	<b>2418,7</b>

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