

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



На 27.01.2023 год. Возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белк и	Жиры	У/вод ы	
182	Завтрак	Каша пшённая на молоке с маслом	150/15	6,3	11,1	32,2	255,9
378		Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87
2		Бутерброд с повидлом	55	2,35	6,88	15,01	111,7
Итого за завтрак:				10,3	19,66	64,51	454,6
209	2 завтрак	Яйцо варёное	1шт/40	5,1	4,6	0,3	63
248		Компот с изюмом	200	-	-	33,6	130,4
		Хлеб пшеничный	50	4	0,5	26,1	312,9
Итого за 2 завтрак:				9,1	5,1	60	312,9
82	Обед	Борщ с мясом говядины и сметаной	200/25/10	9,75	8,66	10,34	127,7
440		Пельмени отварные с маслом	180/5	18,3	29	25	435,4
389		Сок фруктовый	200	1	-	21,2	88
		Хлеб ржаной	80	3,76	0,56	39,8	171,4
Итого за обед:				32,8	38,2	96,34	822,5
456	Полдник	Коржик молочный	75	5	8	50,9	236
385		молоко	200	5,6	6,4	9,4	116
Итого за полдник:				10,6	14,4	60,3	352
297	Ужин	Голубцы ленивые	230	16,7	10,74	24,06	260
295		Напиток апельсиновый	200	0,23	0,04	25,8	99,8
		Хлеб пшеничный	50	4	0,5	26,7	119,5
Итого за ужин:				20,9	11,3	75,96	479,4
386	Второй ужин	Снежок	180	3,9	3,7	16,14	118,2
Итого за второй ужин:				3,9	3,7	16,14	118,2
Итого за день:				87,6	92,3	373,2	2463

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