

Утверждаю
директор ГКОУ КК школы-интерната
с. Шабельского

С.В. Афанасьев

(подпись, печать)

Меню на 07.11.2024

Завтрак				1 - 4 классы					5 - 9 классы					
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	271	плов вегетарианский с сухофруктами	200	354	6	5	72	17,87 Р	250	443	8	6	90	22,34 Р
2	309	омлет с сыром	140	346	19	29	3	41,22 Р	140	346	19	29	3	41,22 Р
3	54-21гн	какао с молоком	200	107	7	4	13	11,10 Р	200	91	4	4	11	11,10 Р
4	108	хлеб пшеничный	50	118	4	0	25	3,20 Р	70	165	6	0	35	4,48 Р
5														
6														
		Итого	590	925	36	38	113	73,39 Р	660	1045	37	39	139	79,14 Р

Обед				1 - 4 классы					5 - 9 классы					
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	106	помидоры натуральные свежие	100	24	1	0	4	12,82 Р	100	24	1	0	4	12,82 Р
2	63_08	щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	108	2	6	11	14,57 Р	250	108	2	6	11	14,57 Р
3	377	картофельная запеканка с мясом	200	380	23	24	19	80,09 Р	200	380	23	24	19	80,09 Р
4	503	кисель из концентрата плодового или ягодного	200	122	1	0	29	4,65 Р	200	122	1	0	29	4,65 Р
5	108	хлеб пшеничный	40	94	3	0	20	2,56 Р	60	141	5	0	30	3,84 Р
6	109	хлеб ржаной	40	70	3	1	14	2,77 Р	70	123	5	2	25	4,84 Р
7														
8														
		Итого	830	798	33	31	97	117,46 Р	880	898	37	32	118	120,81 Р

Полдник				1 - 4 классы					5 - 9 классы					
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	590	печенье	50	209	4	5	37	9,75 Р	50	209	4	5	37	9,75 Р
2	518	сок фруктовый	200	84	1	1	20	16,54 Р	200	84	1	1	20	16,54 Р
3	112	фрукты	180	85	1	1	18	13,97 Р	180	85	1	1	18	13,97 Р
4														
		Итого	430	378	6	7	75	40,26 Р	430	378	6	7	75	40,26 Р

Ужин				1 - 4 классы					5 - 9 классы					
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	119	икра свекольная	100	115	2	7	10	9,40 Р	100	115	2	7	10	9,40 Р
2	345	котлеты рыбные	90	102	13	2	9	33,58 Р	100	113	14	2	10	37,31 Р
3	237	каша гречневая рассыпчатая	150	252	9	8	37	11,89 Р	180	302	11	10	44	14,27 Р
4	54-4гн	чай с молоком	200	54	2	1	9	4,55 Р	200	54	2	1	9	4,55 Р
5	108	хлеб пшеничный	50	118	4	0	25	3,20 Р	70	165	6	0	35	4,48 Р
6	109	хлеб ржаной	40	70	3	1	14	2,77 Р	60	105	5	2	21	2,77 Р
		Итого	630	711	33	19	104	65,38 Р	710	854	40	22	129	72,78 Р

Ужин 2				1 - 4 классы					5 - 9 классы					
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	516	кефир	200	100	6	5	8	34,51 Р	200	100	6	5	8	34,51 Р