

Утверждаю
директор ГКОУ КК школы-интерната
с. Шабельского

С.В. Афанасьев

(подпись, печать)

Меню на 12.11.2024

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	266	каша овсяная геркулесовая молочная	200	228	7	9	29	14,75 Р	250	285	9	11	36	18,44 Р
2	300	яйцо вареное	40	63	5	5	0	9,80 Р	40	63	5	5	0	9,80 Р
3	54-4гн	чай с молоком	200	54	2	1	9	4,34 Р	200	54	2	1	9	4,34 Р
4	108	хлеб пшеничный	50	118	4	0	25	3,20 Р	70	165	6	0	35	4,48 Р
5	112	фрукты	180	85	1	1	18	15,65 Р	180	85	1	1	18	15,65 Р
6														
		Итого	670	548	19	16	81	47,74 Р	740	652	23	18	98	52,71 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	16,05 Р	100	24	1	0	4	16,05 Р
2	158	суп с макаронами и картофелем	250	110	3	3	19	5,81 Р	250	110	3	3	19	5,81 Р
3	54-9р	рыба запеченная в сметанном соусе	100	323	19	25	5	52,34 Р	100	323	19	25	5	52,34 Р
4	429	картофельное пюре	150	138	3	7	16	15,18 Р	180	81	1	0	20	18,22 Р
5	54-1хн	компот из сухофруктов	200	81	1	0	20	3,26 Р	200	81	1	0	20	3,26 Р
6	108	хлеб пшеничный	40	94	3	0	20	2,56 Р	60	141	5	0	30	3,84 Р
7	109	хлеб ржаной	40	70	3	1	14	2,77 Р	70	123	5	2	25	4,85 Р
8														
		Итого	880	840	33	36	98	97,97 Р	960	883	35	30	123	104,37 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	579	коржик молочный	80	318	5	10	52	23,89 Р	80	318	5	10	52	23,89 Р
2	518	сок фруктовый	200	84	1	1	20	16,54 Р	200	84	1	1	20	16,54 Р
3														
4														
		Итого	280	402	6	11	72	40,44 Р	280	402	6	11	72	40,44 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	114	икра кабачковая	100	69	1	5	5	12,03 Р	100	69	1	5	5	12,03 Р
2	381	котлета мясная	90	257	16	16	13	50,72 Р	100	286	18	18	14	56,35 Р
3	237	каша гречневая рассыпчатая	150	252	9	8	37	11,89 Р	180	302	11	10	44	14,27 Р
4	54-23гн	кофейный напиток с молоком	200	91	4	4	11	9,30 Р	200	91	4	4	11	9,30 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	4,16 Р
		Итого	630	857	37	34	105	89,91 Р	710	1018	45	39	130	100,59 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