

Утверждаю
директор ГКОУ КК школы-интерната
с. Шабельского

С.В. Афанасьев

(подпись, печать)

Меню на 18.11.2024

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	261	каша боярская (пшениная с изюмом)	200	450	9	28	40	45,26 Р	250	563	11	35	50	56,58 Р
2	301	омлет натуральный	130	212	11	17	3	31,74 Р	130	212	11	17	3	31,74 Р
3	54-23гн	кофейный напиток с молоком	200	91	4	4	11	8,40 Р	200	91	4	4	11	8,40 Р
4	108	хлеб пшеничный	50	118	4	0	25	3,20 Р	70	165	6	0	35	4,48 Р
5														
6														
		Итого	580	871	28	49	79	88,61 Р	650	1031	32	56	99	101,20 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	огурцы, помидоры натуральные свежие	100	19	1	0	3	12,95 Р	100	19	1	0	3	12,95 Р
2	37_08	борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	110	2	7	11	9,79 Р	250	110	2	7	11	9,79 Р
3	193_08	плов из отварной говядины	250	548	31	26	42	96,69 Р	250	548	31	26	42	96,69 Р
4	54-1хн	компот из сухофруктов	200	81	1	0	20	3,26 Р	200	81	1	0	20	3,26 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	880	922	41	34	110	128,02 Р	930	1022	45	35	131	131,37 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	588	вафли	50	175	1	2	39	10,50 Р	50	175	1	2	39	10,50 Р
2	518	сок фруктовый	200	84	1	1	20	17,03 Р	200	84	1	1	20	17,03 Р
3	112	фрукты	180	85	1	1	18	14,39 Р	180	85	1	1	18	14,39 Р
4														
		Итого	430	344	3	4	77	41,92 Р	430	344	3	4	77	41,92 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	106	огурцы натуральные свежие	100	14	1	0	3	12,60 Р	100	14	1	0	3	12,60 Р
2	343	рыба тушеная с овощами	200	204	19	10	9	42,53 Р	200	204	19	10	9	42,53 Р
3	173	картофель отварной	150	143	3	6	19	14,95 Р	180	172	4	7	23	14,95 Р
4	108	хлеб пшеничный	50	118	4	0	25	3,20 Р	70	165	6	0	35	4,48 Р
5	109	хлеб ржаной	40	70	3	1	14	2,77 Р	60	105	5	2	21	4,15 Р
6	54-4гн	чай с молоком	200	54	2	1	9	4,40 Р	200	54	2	1	9	4,40 Р
		Итого	740	603	32	18	79	80,46 Р	810	714	37	20	100	83,12 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