

Утверждаю
директор ГКОУ КК школы-интерната
с. Шабельского

С.В. Афанасьев

(подпись, печать)

Меню на 12.03.2025

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	260	каша Дружба молочная	200	226	5	12	25	19,82 Р	250	283	6	15	31	24,77 Р
2	301	омлет натуральный	100	163	9	13	2	37,74 Р	100	163	9	13	2	37,74 Р
3	105	масло сливочное	10	75	0	8	0	10,75 Р	10	75	0	8	0	10,75 Р
4	54-21гн	какао с молоком	200	107	7	4	13	10,36 Р	200	107	7	4	13	10,36 Р
5	108	хлеб пшеничный	50	118	4	0	25	3,40 Р	70	165	6	0	35	4,76 Р
6														
		Итого	560	689	25	37	65	82,07 Р	630	793	28	40	81	88,38 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	117	икра баклажанная (промышленная)	100	148	2	13	5	31,19 Р	100	148	2	13	5	31,19 Р
2	37_08	борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	110	2	7	11	10,90 Р	250	110	2	7	11	10,90 Р
3	381	котлета мясная	90	257	16	16	13	62,95 Р	100	286	18	18	14	69,94 Р
4	291	макароны отварные	150	145	6	7	29	10,37 Р	180	145	6	7	29	12,44 Р
5	503	кисель из концентрата плодового или ягодного	200	122	1	0	29	5,03 Р	200	122	1	0	29	5,03 Р
6	108	хлеб пшеничный	40	94	3	0	20	2,72 Р	60	141	5	0	30	4,08 Р
7	109	хлеб ржаной	40	70	3	1	14	3,00 Р	70	123	5	2	25	5,25 Р
8														
		Итого	870	946	33	44	121	126,15 Р	960	1075	39	47	143	138,83 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	60	175	1	2	39	12,60 Р	70	204	1	2	46	14,70 Р
2	518	сок фруктовый	200	84	1	1	20	17,23 Р	200	84	1	1	20	17,23 Р
3	112	фрукты	150	71	1	1	15	12,82 Р	180	85	1	1	18	15,39 Р
4														
		Итого	410	330	3	4	74	42,65 Р	450	373	3	4	84	47,32 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	107	огурцы натуральные соленные	100	13	1	0	2	14,18 Р	100	13	1	0	2	14,18 Р
2	405	курица в соусе с томатом	120	192	14	14	4	61,38 Р	120	192	14	14	4	61,38 Р
3	429	картофельное пюре	150	138	3	7	16	17,93 Р	180	166	4	8	19	21,52 Р
4	54-2гн	чай с сахаром	200	27	0	0	7	1,02 Р	200	27	0	0	7	1,02 Р
5	108	хлеб пшеничный	50	118	4	0	25	3,40 Р	60	142	5	0	30	4,08 Р
6	109	хлеб ржаной	40	70	3	1	14	3,00 Р	70	123	5	2	25	5,25 Р
		Итого	660	558	25	22	68	100,91 Р	730	663	29	24	87	107,43 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	34,82 Р	200	100	6	5	8	34,82 Р
2	111	батон нарезной	20	52	2	1	10	1,65 Р	20	52	2	1	10	1,65 Р
		Итого	220	152	8	6	18	36,47 Р	220	152	8	6	18	36,47 Р