

Школа ГКОУ "Кимрская школа-интернат"Утвердил: должность Директор**Типовое примерное меню приготавливаемых блюд**фамилия Ломоносов В.В.Возрастная категория 8-18 летдата 08 07 2024
день месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша геркулесовая молочная	250	9	11	44	212	168	
			закуска	Яйцо отварное	40	5	5	0	63	302	
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4	3	16	107	397	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	8	4	43	260	300	
			фрукты								
			масло	Масло сливочное	15	0	12	0	112	308	
			итого		605	26	35	103	754		0
1	1	Завтрак 2	фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	1	Обед	закуска	Овощи порционные	100	1	6	8	95	33	
			1 блюдо	Суп гороховый	250	2	3	14	192	80	
			2 блюдо	Котлета мясная	100	12	9	13	183	282	
			гарнир	Макароны с маслом	230	7	6	35	294	323	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0	0	25	94	868	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105	300	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	80	3	1	29	110	1	
			итого		1000	28	26	145	1073		0
1	1	Полдник	булочное								
			напиток								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	1	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								

			хлеб									
			итого			0	0	0	0	0		0
1	1	Ужин 2	кислолом.									
			булочное									
			напиток									
			фрукты									
			итого			0	0	0	0	0		0
1	1	Итого за день:				1605	54	61	248	1827		0
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая молочная		250	6	5	34	183	168	
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком		200	1	2	22	116	395	
			хлеб	Хлеб пшеничный		100	8	4	43	260	300	
			фрукты									
			масло	Сливочное масло		15	0	12	0	112	308	
			итого			565	15	23	99	671		0
1	2	Завтрак 2	фрукты									
			итого			0	0	0	0	0		0
1	2	Обед	закуска	Овощи порционные		100	1	6	8	95	33	
			1 блюдо	Суп рассольник		250	7	6	11	134	73	
			2 блюдо	Рагу овощное с мясом		200	6	5	34	203	30	
			гарнир									
			напиток	Сок		200	1	0	20	92	320	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный		40	3	1	21	105	300	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный		80	3	1	29	110	1	
			итого			870	21	19	123	739		0
1	2	Полдник	булочное									
			напиток									

[illegible]

			итого		0	0	0	0	0	0		0
1	5	Обед	закуска	Овощи порционные	100	1	6	8	95	16		
			1 блюдо	Свекольник с мясом	250	2	6	17	230	58		
			2 блюдо	Бефстроганов	120	24	20	6	203	591		
			гарнир	Макароны отварные	200	7	6	35	274	323		
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0	0	25	94	868		
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105	300		
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	80	3	1	29	110	1		
			итого		990	40	40	141	1111			0
1	5	Полдник	булочное									
			напиток									
			итого		0	0	0	0	0			0
1	5	Ужин	гор.блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб									
			итого		0	0	0	0	0			0
1	5	Ужин 2	кисломол.									
			булочное									
			напиток									
			фрукты									
			итого		0	0	0	0	0			0
1	5	Итого за день:			1555	62	72	254	1885			0
1	6	Завтрак	гор.блюдо	Каша геркулесовая молочная	250	9	11	44	212	168		
			закуска	Яйцо отварное	40	5	5	0	63	302		
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	4	3	16	107	395		
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	8	4	43	260	300		
			фрукты									

			масло	Масло сливочное	15	0	12	0	112	308	
			итого		605	26	35	103	754		0
1	6	Завтрак 2	фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	6	Обед	закуска	Овощи порционные	100	1	6	8	95	45	
			1 блюдо	Щи с мясом	250	4	5	7	177	67	
			2 блюдо	Котлета куриная	100	12	9	13	183	282	
			гарнир	Рис отварной	200	6	8	29	185	304	
			напиток	Сок	200	1	0	20	92	320	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105	300	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	80	3	1	29	110	1	
			итого		970	30	30	127	947		0
1	6	Полдник	булочное								
			напиток								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	6	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	6	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	6	Итого за день:			1575	56	65	230	1701		0

1	7	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с вермишелью	250	7	7	24	182	93	
			масло	Масло сливочное	15	0	12	0	112	308	
			гор.напиток	Чай с молоком	200	1	2	22	116	391	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	8	4	43	260	300	
			фрукты								
			итого		565	16	25	89	670		0
1	7	Завтрак 2	фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	7	Обед	закуска	Овощи порционные	100	1	6	8	95	45	
			1 блюдо	Суп рисовый	250	2	3	14	192	80	
			2 блюдо	Биточки рыбные с соусом	100	11	6	4	147	249	
			гарнир	Картофельное пюре	200	6	5	34	203	321	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0	0	25	94	868	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105	300	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	80	3	1	29	110	1	
			итого		970	26	22	135	946		0
1	7	Полдник	булочное								
			напиток								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	7	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	7	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								

2	2	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	2	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	2	Итого за день:			1575	51	61	232	1753		0
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша геркулесовая молочная	250	9	11	44	212	168	
			масло	Масло сливочное	15	0	12	0	112	308	
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	1	2	22	116	395	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	8	4	43	260	300	
			фрукты								
			итого		565	18	29	109	700		0
2	3	Завтрак 2	фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	3	Обед	закуска	Овощи порционные	100	1	6	8	95	20	
			1 блюдо	Суп рыбный	250	8	8	14	207	84	
			2 блюдо	Птица отварная	100	21	14	0	206	637	
			гарнир	Капуста тушеная	250	6	8	24	207	38	
			напиток	Сок	200	1	0	20	92	320	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105	300	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	80	3	1	29	110	1	
			итого		1020	43	38	116	1022		0

2	3	Полдник	булочное								
			напиток								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	3	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	3	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	3	Итого за день:			1585	61	67	225	1722		0
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша овсяная молочная	250	10	11	36	201	168	
			масло	Масло сливочное	15	0	12	0	112	308	
			гор.напиток	Чай с молоком	200	1	2	22	116	391	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	8	4	43	260	300	
			фрукты								
			итого		565	19	29	101	689		0
2	4	Завтрак 2	фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	4	Обед	закуска	Овощи порционные	100	1	6	8	95	33	
			1 блюдо	Борщ со метаной	250	2	5	7	177	66	
			2 блюдо	Рыба тушеная с овощами	230	8	4	2	374	247	
			гарнир								
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0	0	25	94	868	

			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105	300	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	80	3	1	29	110	1	
			итого		900	17	17	92	955		0
2	4	Полдник	булочное								
			напиток								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	4	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	4	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	4	Итого за день:			1465	36	46	193	1644		0
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с вермишелью	250	7	7	24	182	93	
			масло	Масло сливочное	15	0	12	0	112	308	
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4	3	16	107	397	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	8	4	43	260	300	
			фрукты								
			итого		565	19	26	83	661		0
2	5	Завтрак 2	фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0

2	5	Обед	закуска	Овощи порционные	100	1	6	8	95	20	
			1 блюдо	Суп рисовый	250	2	3	14	192	80	
			2 блюдо	Рыба отварная с соусом	100	11	7	4	181	226	
			гарнир	Макароны отварные	170	6	8	29	232	323	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0	0	25	94	868	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105	300	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	80	3	1	29	110	1	
			итого		940	26	26	130	1009		0
2	5	Полдник	булочное								
			напиток								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	5	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	5	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	5	Итого за день:			1505	45	52	213	1670		0
2	6	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая молочная	250	6	5	32	183	168	
			масло	Масло сливочное	15	0	12	0	112	308	
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	4	3	16	107	392	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	8	4	43	260	300	
			фрукты								

			итого		565	18	24	91	662		0
2	6	Завтрак 2	фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	6	Обед	закуска	Овощи порционные	100	1	5	9	87	13	
			1 блюдо	Свекольник	250	2	4	17	130	58	
			2 блюдо	Котлета куриная	100	12	9	13	183	282	
			гарнир	Каша рисовая рассыпчатая	200	6	6	36	299	34	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0	0	25	94	868	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105	300	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	80	3	1	29	110	1	
			итого		970	27	26	150	1008		0
2	6	Полдник	булочное								
			напиток								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	6	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	6	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	6	Итого за день:			1535	45	50	241	1670		0
2	7	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшеничная молочная	250	9	11	44	212	168	
			закуска	Яйцо отварное	40	5	5	0	63	302	

			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	4	3	16	107	395	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	8	4	43	260	300	
			фрукты								
			масло	Масло сливочное	15	0	12	0	112	308	
			итого		605	26	35	103	754		0
2	7	Завтрак 2	фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	7	Обед	закуска	Овощи порционные	100	1	6	8	96	33	
			1 блюдо	Борщ со сметаной	250	3	5	7	177	66	
			2 блюдо	Гуляш мясной	100	24	20	6	203	591	
			гарнир	Пюре картофельное	200	6	8	29	232	321	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0	0	25	94	868	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105	300	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	80	3	1	29	110	1	
			итого		970	40	41	125	1017		0
2	7	Полдник	булочное								
			напиток								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	7	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	7	Ужин 2	кисломол.	СОГЛАСОВАНО:							
			булочное	Начальник лагеря							
			напиток								
			фрукты								
				Крылова А.А.							

