

Директор ГКОУ КК школа-интернат ст-цы Медведовской
Капустина Е. Н.

06.10.2025 г. пелеля 1, день 1 (понедельник)

1. ОВД для проживающих категорий обучающихся 7-11 лет

Выход (г)	Вход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
200	116,02	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая **.	Калорийность-271, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-33	14-67
30	11	Сыр,	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	20-40
200	261	Чай с сахаром *	Калорийность-42, Углеводы-10	1-46
50	-	Хлеб пшеничный.	Калорийность-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	2-83
20	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	1-14
Итого за Завтрак			Калорийность-594, Белки-20, Жиры-23, Углеводы-77	40-50
Обед				
100	19	Салат из свежих помидоров и огурцов. *	Калорийность-66, Жиры-5, Углеводы-3	18-12
250	78,01	Суп картофельный с бобовыми *.	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16	7-93
100	198	Цыпленок тушеный в соусе	Калорийность-189, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-3	26-11
150	114,01	Каша пшеничная рассыпчатая	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25	7-17
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-25
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	10-10
50	-	Хлеб пшеничный.	Калорийность-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	2-83
30	-	Хлеб ржаной *.	Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15	1-71
Итого за Обед			Калорийность-855, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-120	82-22
Полдник				
150	150,04	Сырники из творога с молоком сгущенным *	Калорийность-312, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-24	53-75
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-25
Итого за Полдник			Калорийность-406, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-47	62-00
Ужин				
150	103	Картофель, тушеный с луком	Калорийность-125, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	15-00
100	164,01	Тефтели рыбные *	Калорийность-148, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-10	27-08
200	262	Чай с лимоном ***	Калорийность-62, Углеводы-15	3-88
50	-	Хлеб пшеничный.	Калорийность-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	2-83
10	-	Хлеб ржаной.	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	0-57
Итого за Ужин			Калорийность-481, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-65	49-36
Второй ужин				
180	268	Кисломолочный напиток	Калорийность-66, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7	14-22
20	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	1-14
Итого за Второй ужин			Калорийность-118, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	15-36
Итого за день			Калорийность-2 454, Белки-88, Жиры-91, Углеводы-327	249-44

Дан документ
вс

Е.Н. Грешин

Директор ТКОУ КК школа-интернат ст-цы Медведовской
Капустина Е. И.

06.10.2025 неделя 1, день 1 (понедельник)

2. ОВД для проживающих категорий обучающихся 12 и старше лет

Выход (г/д)	Результ	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
250	116,01	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая** молочная, крупа овсяная Геркулес, сахар-песок, масло сливочное, соль	Калорийность-339, Белки-9, Жиры-15, Углеводы-41	18-12
30	11	Сыр,	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	20-40
200	261	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный	Калорийность-60, Углеводы-15	2-10
50	-	Хлеб пшеничный.	Калорийность-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	2-83
30	-	Хлеб ржаной*.	Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15	1-71
Итого за Завтрак			Калорийность-706, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-95	45-16
Обед				
100	19	Салат из свежих помидоров и огурцов.* помидоры, огурцы, лук репчатый, масло растительное, соль	Калорийность-66, Жиры-5, Углеводы-3	18-12
250	78,01	Суп картофельный с бобовыми*. картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16	7-93
120	198,07	Цыпленок тушеный в соусе** цыпленок-бройлер, соус сметанный 222*, масло растительное, соль	Калорийность-219, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-5	30-10
180	114,02	Каши пшеничная рассыпчатая** крупа пшеничная, масло сливочное, соль	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	8-62
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-25
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	10-10
50	-	Хлеб пшеничный.	Калорийность-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	2-83
30	-	Хлеб ржаной*.	Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15	1-71
Итого за Обед			Калорийность-915, Белки-34, Жиры-34, Углеводы-127	87-66
Полдник				
200	150,06	Сырники из творога с молоком сгущенным**, творог 9% жирности, молоко сгущенное, мука пшеничная, масло сливочное, сахар-песок, ванилин, масло растительное, соль	Калорийность-429, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-32	71-26
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-25
Итого за Полдник			Калорийность-523, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-56	79-51
Ужин				
200	103,01	Картофель, тушеный с луком** картофель, лук репчатый, масло растительное, соль, лавровый лист	Калорийность-217, Белки-3, Жиры-11, Углеводы-25	20-06
120	164,02	Тефтели рыбные** мякоть, молоко, соус сметанный с томатом 222*, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, мука пшеничная, соль	Калорийность-177, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-12	32-19
200	262	Чай с лимоном*** сахар-песок, лимонный, чай черный	Калорийность-62, Углеводы-15	3-88
50	-	Хлеб пшеничный.	Калорийность-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	2-83
30	-	Хлеб ржаной*.	Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15	1-71
Итого за Ужин			Калорийность-654, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-92	60-67
Второй ужин				
200	268	Кисломолочный напиток*	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-8	15-80
20	-	Хлеб ржаной*	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	1-14
Итого за Второй ужин			Калорийность-152, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-18	16-94
Итого за день			Калорийность-2 950, Белки-110, Жиры-113, Углеводы-387	289-94

Зав. учреждения
Е.Ю.Пресняк