

Директор ГКОУ КК школы-интернат ст-цы Медведовской
Катусетина Е. Н.

07.10.2025 неделя 1, день 2 (вторник)

Для **ГОВТ** для проживающих категорий обучающихся 7-11 лет

Выход (г)	Процент *	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
200	126,02	Каша жидкая молочная рисовая *	Калорийность-239, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-32	23-57
		манная, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль		
30	11	Сыр,	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	20-40
200	261	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15	2-10
		сахар-песок, чай черный		
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-580, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-81	50-04
Обед				
100	54	Овощи натуральные (огурцы) *	Калорийность-14, Углеводы-3	13-83
250	72	Рассольник ленинградский **	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12	13-15
		картофель, огурец соленый *, морковь, лук репчатый, укроп петрушка, масло растительное, соль		
100	171	Гуляш из отварной говядины	Калорийность-215, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	66-43
		мясо говядины, лук репчатый 222 *, морковь, помидоры, масло растительное, лук репчатый, лук репчатый, соль		
150	137	Макаронные изделия отварные *	Калорийность-156, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-32	7-67
		макаронны, масло сливочное, соль		
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-25
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-785, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-112	113-87
Полдник				
150	149,04	Вареники ленивые отварные *	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-14	46-88
		фарш 25%, жирности, масло сливочное, мука пшеничная, яйца, сахар-песок, соль		
200	288	Молоко кипяченое *	Калорийность-107, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10	15-60
Итого за Полдник			Калорийность-365, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-24	62-48
Ужин				
150	91	Картофельное пюре *,	Калорийность-135, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-13	18-54
		картофель, масло сливочное, соль		
100	160	Рыба запеченная под молочным соусом.	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	55-07
		судак, соус молочный (для заправки филе), филе рыбы *, лук репчатый, сыр российский, масло сливочное, масло растительное, соль		
200	262	Чай с лимоном ***	Калорийность-62, Углеводы-15	3-88
		сахар-песок, лимонный чай черный		
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-469, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-67	80-89
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-2 317, Белки-93, Жиры-87, Углеводы-302	322-64

Зав. производств. Е.Ю. Гусева

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

Для 07.10.2025 неделя 1, день 2 (вторник)

2. ОВЛ для проживающих категорий обучающихся 12 и старше лет

Выход (г)	Рецепт	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
250	126,01	Каша жидкая молочная рисовая** Амлаки, крупы рисовый, Масло сливочное, сахар-песок, соль	Калорийность-299, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-40	29-48
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
20	-	Хлеб ржаной*	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	1-14
Итого за Завтрак			Калорийность-640, Белки-20, Жиры-24, Углеводы-89	55-95
Обед				
100	54	Овощи натуральные (огурцы) *	Калорийность-14, Углеводы-3	13-83
250	72	Рассольник ленинградский** картофель, огурцы свежие*, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, мясо куриное, лук репчатый, соль	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12	13-15
120	171,01	Гуляш из отварной говядины** мясо говядины, лук репчатый, 222*, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, лук репчатый, мука пшеничная, соль	Калорийность-267, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-4	81-96
180	137	Макаронные изделия отварные** Макароны, Масло сливочное, соль	Калорийность-188, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-38	9-07
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-25
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-869, Белки-33, Жиры-25, Углеводы-120	130-80
Полдник				
200	149,03	Вареники ленивые отварные* пшеница, 9% жирности, мука пшеничная, Масло сливочное, яйцо, сахар-песок, соль	Калорийность-366, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-26	61-18
200	288	Молоко кипяченое *	Калорийность-107, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10	15-60
Итого за Полдник			Калорийность-473, Белки-29, Жиры-26, Углеводы-36	76-78
Ужин				
200	91,03	Картофельное пюре*** картофель, Масло сливочное, соль	Калорийность-180, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-17	23-42
120	160,01	Рыба запеченная под молочным соусом** сорт рыбный, соус молочный (для запекания овощей), мясо рыбный*, лук репчатый, сыр российский, Масло сливочное, Масло растительное, соль	Калорийность-160, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-12	64-24
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-601, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-84	96-08
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-2735, Белки-110, Жиры-103, Углеводы-347	376-55

Зав. производств

Е.Ю.Григорьев