

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

08.10.2025 неделя 1, день 3 (среда)

1. ОВД для проживающих категорий обучающихся 7-11 лет

Выход (г)	Процент	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
100	-	Икра кабачковая консервированная*	Калорийность-96, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-8	10-25
150	138	Макароны с сыром Макароны, сыр российский, масло сливочное, соль	Калорийность-251, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-26	18-91
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-579, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-83	35-23
Обед				
100	22	Салат из сырых овощей.* огурцы, помидоры, петрушка белокочанная, морковь, масло растительное, соль	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	15-22
250	117,01	Суп с крупой (пшеничной) и мясными фрикадельками** фрикадельки мясные**, крупа пшеничная, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль	Калорийность-148, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-16	21-47
100	182,02	Котлета из говядины** мясо говядины, хлеб пшеничный, сахар-песок, масло сливочное, масло растительное, соль	Калорийность-250, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-11	54-60
150	114	Каша гречневая рассыпчатая*. крупа гречневая, масло сливочное, соль	Калорийность-213, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-34	7-62
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-952, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-128	111-70
Полдник				
100	295,03	Пирожок с повидлом мука пшеничная, повидло, дрожжи, сахар-песок, масло растительное, яйца, яблочное масло сливочное, изюм	Калорийность-250, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-43	15-33
200	241	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар-песок	Калорийность-95, Углеводы-23	3-87
Итого за Полдник			Калорийность-345, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-67	19-20
Ужин				
150	108	Запеканка кунжутная кунжут белокочанная, соус сметанный с томатом 22%, крупа манная, масло сливочное, сахар-песок, сметана, соль	Калорийность-124, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-16	22-16
100	187	Тефтели из говядины мясо говядины, соус сметанный 22%, лук репчатый, морковь, хлеб пшеничный, масло сливочное, масло растительное, соль	Калорийность-143, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-10	45-05
200	262	Чай с лимоном*** сахар-песок, лимон, чай черный	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-476, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-71	74-49
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-2 470, Белки-77, Жиры-78, Углеводы-365	255-98

Зав. пищеблоком

Е.Ю.Григорьев

Директор ГКОУ КК школа-интернат ст-цы Медведевской
Катусиния Е. Н.

08.10.2025 неделя 1, день 3 (среда)

2. ОВД 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				
100	-	Икра кабачковая консервированная*	Калорийность-96, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-8	10-25
180	138	Макароны с сыром** макарон, сыр российский, масло сливочное, соль	Калорийность-301, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-31	22-70
200	261	Чай с сахаром сахар-песок, чай зеленый	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-630, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-88	39-02
Обед				
100	22	Салат из сырых овощей.* огурцы, помидоры, капуста белокочанная, морковь, масло растительное, соль	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	15-22
250	117,01	Суп с крупой (пшеничной) и мясными фрикадельками** фрикадельки, мясные**, крупа пшеничная, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль	Калорийность-148, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-16	21-47
100	182,02	Котлета из говядины** мясо говядины, хлеб пшеничный, курица перемороженная, масло сливочное, масло растительное, соль	Калорийность-230, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-11	54-60
180	114,05	Каша гречневая рассыпчатая** крупа гречневая, масло сливочное, соль	Калорийность-257, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-41	9-30
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-996, Белки-33, Жиры-33, Углеводы-135	113-38
Полдник				
150	295	Пирожок с повидлом*** мука пшеничная, повидло, яйцо, сахар-песок, масло растительное, яйцо, масло сливочное, дрожжи	Калорийность-371, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-64	22-87
200	241	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар-песок	Калорийность-95, Углеводы-23	3-87
Итого за Полдник			Калорийность-466, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-88	26-74
Ужин				
200	108,01	Запеканка купустная** капуста белокочанная, соус сметанный с мясом или 222, крупа манная, масло сливочное, курица перемороженная, сметана, соль	Калорийность-166, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-22	28-76
120	187,04	Тефтели из говядины** мясо говядины, соус сметанный 222, лук репчатый, морковь, хлеб пшеничный, масло сливочное, масло растительное, соль	Калорийность-171, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12	53-33
200	262	Чай с лимоном*** сахар-песок, лимон, чай зеленый	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-598, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-88	90-51
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-2 841, Белки-89, Жиры-89, Углеводы-417	286-59

Зав. бухгалтером

Е.Ю.Грицава