

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

09.10.2025 неделя 1, день 4 (четверг)

1. ОБД для проживающих категорий обучающихся 7-11 лет

Выход (г)	Секция	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
200	125	Каши жидкая из манной крупы с сахаром. *	Калорийность-239, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-31	13-71
манная, крупы, манная, 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-23, Жиры-21, Углеводы-80	40-18
Обед				
100	18	Салат из свежих помидоров. *	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	18-46
помидоры, лук репчатый, масло растительное, соль				
250	101	Суп картофельный с крупой рисовой *	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-15	8-52
картофель, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, соль				
200	291,03	Плов из цыпленка *	Калорийность-330, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-38	48-43
цыпленок, рис, лук репчатый, морковь, масло растительное, лук репчатый, соль				
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-824, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-130	98-30
Полдник				
150	131,01	Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным **	Калорийность-295, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-49	21-39
крупа рисовая, творог сгущенный, сахар, 9% жирности, масло сливочное, сахар-песок, сахар сливочный, сметана, масло растительное, яйцо, соль				
200	288	Молоко кипяченое *	Калорийность-107, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10	15-60
Итого за Полдник			Калорийность-402, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-59	36-99
Ужин				
150	208	Картофель отварной *	Калорийность-126, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-14	18-92
картофель, масло сливочное, соль				
100	189	Фрикадельки в соусе из говядины	Калорийность-144, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-9	45-24
соед. свиной с тоном 222, мясо говядина, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль				
200	262	Чай с лимоном ***	Калорийность-62, Углеводы-15	3-88
сахар-песок, лимон, 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-479, Белки-16, Жиры-13, Углеводы-67	71-44
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-2402, Белки-88, Жиры-72, Углеводы-354	262-27

Зав. организ. работ

Е.Ю. Гусева

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

09.10.2025 неделя 1, день 4 (четверг)

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				
250	125,02	Каши жидкая из манной крупы с сахаром. **	Калорийность-299, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-39	16-94
30	11	Сыр,	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	20-40
200	261	Чай с сахаром	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-26, Жиры-24, Углеводы-88	43-41
Обед				
100	18	Салат из свежих помидоров. *	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	18-46
250	101	Суп картофельный с крупой рисовой *	Калорийность-87, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-15	8-52
200	291,03	Плов из цыпленка *	Калорийность-330, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-38	48-43
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-824, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-130	98-30
Полдник				
200	131,02	Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным ***	Калорийность-393, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-66	26-52
200	288	Молоко кипяченое *	Калорийность-107, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10	15-60
Итого за Полдник			Калорийность-500, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-75	42-12
Ужин				
200	208,03	Картофель отварной ***	Калорийность-168, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19	25-02
120	189,01	Фрикадельки в соусе из говядины *	Калорийность-176, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-10	55-95
200	262	Чай с лимоном ***	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-604, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-84	89-39
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-2 720, Белки-100, Жиры-81, Углеводы-396	290-16

Зав. производств. дом. Е.Ю.Гришная