

10.04.2025 неделя 1, день 4 (четверг)

1. ОВД для проживающих категорий обучающихся 7-11 лет

Выход	Р	Т	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак					
65	3	*	Бутерброды с сыром хлеб, сыр российский, масло сливочное	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-20	20-07
150	125	*	Каша манная молочная жидкая манка, молоко, сахар-песок, сливочное масло, соль	Калорийность-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-22	10-22
30	-		Кондитерские изделия	Калорийность-120, Жиры-3, Углеводы-21	7-80
100	231		Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
200	264		Кофейный напиток с молоком молоко, сахар-песок, кофейный напиток	Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15	10-79
20	-		Хлеб ржаной *	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-14
Итого за Завтрак				Калорийность-644, Белки-14, Жиры-21, Углеводы-96	57-30
Обед					
100	50		Винегрет овощной * картофель, свекла, огурцы соленые*, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	9-50
250	72		Рассольник ленинградский с мясом картофель, мясо говядины, огурцы соленые*, морковь, масло растительное, лук репчатый, крупа перловая, соль	Калорийность-197, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-17	35-96
150	174		Жаркое по домашнему картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, лавровый лист	Калорийность-272, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-15	58-43
200	271		Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-23
60	-		Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-4, Углеводы-30	3-40
60	-		Хлеб ржаной **	Калорийность-117, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	3-42
Итого за Обед				Калорийность-900, Белки-28, Жиры-36, Углеводы-115	118-94
Полдник					
200	150		Сырники из творога * творог 9% жирности, манка, сахар-песок, мука пшеничная, сливочное масло, растительное, соль	Калорийность-482, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-54	62-76
200	277		Кисель из яблок сушеных сахар-песок, сушеные яблоки, лимонная кислота, вода	Калорийность-134, Углеводы-33	5-65
Итого за Полдник				Калорийность-616, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-87	68-41
Ужин					
100	7		Салат из квашеной капусты с луком капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное	Калорийность-78, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	10-58
100	162		Котлеты рыбные любительские минтай, морковь, яйцо, манка, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль	Калорийность-83, Белки-10, Жиры-1, Углеводы-6	26-33
25	349		Соус томатный с овощами *	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-2	3-15
150	114		Каша пшеничная рассыпчатая * манка, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, мука пшеничная, соль, лимонная кислота, сахар-песок	Калорийность-202, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-34	7-26
200	262		Чай с лимоном *	Калорийность-41, Углеводы-10	2-54
40	-		Хлеб пшеничный *	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-26
Итого за Ужин				Калорийность-522, Белки-20, Жиры-13, Углеводы-76	52-12
Второй ужин					
200	268		Кисломолочный напиток *	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-8	33-80
20	-		Хлеб пшеничный *	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-10	1-13
Итого за Второй ужин				Калорийность-147, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	34-93
Итого за день				Калорийность-2 829, Белки-96, Жиры-95, Углеводы-391	331-70

Директор ГКОУ КОШКОла-интернат ст-цы Медведовской
Капустин Е. П.

10.04.2025 неделя 1, день 4 (четверг)

1-4 класс для иных категорий обучающихся

Выход (г)	Школа-интернат СТ-цы Медведовской	Вид питания	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>				
100 50	Винегрет овощной* картофель, свекла, морковь, лук репчатый, морковка, масло растительное, соль		Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	11-06
250 72	Рассольник ленинградский с мясом картофель, мясо говядины, огурцы соленые*, морковь, масло растительное, лук репчатый, капуста белокочанная, соль		Калорийность-197, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-17	46-47
150 174	Жаркое по домашнему картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, лавровый лист		Калорийность-272, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-15	76-23
200 271	Сок фруктовый		Калорийность-94, Углеводы-24	12-40
60 -	Хлеб пшеничный		Калорийность-141, Белки-4, Углеводы-30	3-40
60 -	Хлеб ржаной**		Калорийность-117, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	3-42
Итого за Обед			Калорийность-900, Белки-28, Жиры-36, Углеводы-115	152-98
Итого за день			Калорийность-900, Белки-28, Жиры-36, Углеводы-115	152-98

Зав. столовой

Е.Ю. Грешина

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

10.04.2025 неделя 1, день 4 (четверг)

4. ОВД иные категории 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				
75	3,09	Бутерброды с сыром *	Калорийность-232, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-20	26-87
хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное				
200	125,01	Каша манная молочная жидкая *	Калорийность-186, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-29	13-35
манная крупа, молоко, сахар-песок, масло сливочное, соль				
50	-	Кондитерские изделия.	Калорийность-200, Жиры-5, Углеводы-35	13-00
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
200	264	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15	10-79
молоко, сахар-песок, кофейный напиток				
20	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-14
Итого за Завтрак			Калорийность-802, Белки-18, Жиры-28, Углеводы-117	72-43
Обед				
100	50	Винегрет овощной *	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	9-49
картофель, свекла, огурцы соленые *, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль				
250	72	Рассольник ленинградский с мясом	Калорийность-197, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-17	35-96
картофель, мясо говядины, огурцы соленые *, морковь, масло растительное, лук репчатый, капуста перловая, соль				
200	174,01	Жаркое по домашнему.	Калорийность-363, Белки-16, Жиры-22, Углеводы-20	77-87
картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, лавровый лист				
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-23
80	-	Хлеб пшеничный. **	Калорийность-188, Белки-6, Углеводы-39	4-53
70	-	Хлеб ржаной *. *	Калорийность-137, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-28	3-98
Итого за Обед			Калорийность-1 058, Белки-34, Жиры-41, Углеводы-134	140-06
Итого за день			Калорийность-1 860, Белки-52, Жиры-69, Углеводы-251	212-49

Зав. производством
Е.Ю.Григорья

Директор ГКОУ КК школа-интернат ст-цы Медведовской

Капустина Е. Н.

10.04.2025 неделя 1, день 4 (четверг)

3. ОВД пище категории обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда		эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
65	Бутерброды с сыром хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-20	20-07
150 125	* Каша манная молочная жидкая манная крупа, молоко, сахар-песок, масло сливочное, соль	Калорийность-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-22	10-22
30 -	Кондитерские изделия	Калорийность-120, Жиры-3, Углеводы-21	7-80
100 231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
200 264	Кофейный напиток с молоком молоко, сахар-песок, кофейный напиток	Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15	10-79
20 -	Хлеб ржаной*	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-14
Итого за Завтрак		Калорийность-644, Белки-14, Жиры-21, Углеводы-96	57-30
Итого за день		Калорийность-644, Белки-14, Жиры-21, Углеводы-96	57-30

Зав. учреждения

Е.Ю. Гречина

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

10.04.2025 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				
75	3,09	Бутерброды с сыром * хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное	Калорийность-232, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-29	26-87
200	125,01	Каша манная молочная жидкая * манная, крупа манная, сахар-песок, масло сливочное, соль	Калорийность-186, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-29	13-35
50	-	Кондитерские изделия.	Калорийность-200, Жиры-5, Углеводы-35	13-00
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
200	264	Кофейный напиток с молоком молоко, сахар-песок, кофейный напиток	Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15	10-79
20	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-14
Итого за Завтрак			Калорийность-802, Белки-18, Жиры-28, Углеводы-117	72-43
Обед				
100	50	Винегрет овощной * картофель, свекла, огурцы соленые*, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	9-49
250	72	Рассольник ленинградский с мясом картофель, мясо говядины, огурцы соленые*, морковь, масло растительное, лук репчатый, капуста квашеная, соль	Калорийность-197, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-17	35-96
200	174,01	Жаркое по домашнему. картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, лавровый лист	Калорийность-363, Белки-16, Жиры-22, Углеводы-20	77-87
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-23
80	-	Хлеб пшеничный. **	Калорийность-188, Белки-6, Углеводы-39	4-53
70	-	Хлеб ржаной *. *	Калорийность-137, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-28	3-98
Итого за Обед			Калорийность-1 058, Белки-34, Жиры-41, Углеводы-134	140-06
Полдник				
200	150	Сырники из творога * творог, 50% жирности, манная крупа, мука пшеничная, сахар-песок, масло растительное, лимонный сок, соль	Калорийность-482, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-54	62-91
200	277,01	Кисель из яблок сушеных. сахар, яблоки, сахар-песок, крахмал картофельный, соль, лимонная кислота	Калорийность-147, Углеводы-36	6-57
Итого за Полдник			Калорийность-629, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-90	69-48
Ужин				
100	7	Салат из квашеной капусты с луком капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное	Калорийность-78, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	10-58
100	162	Котлеты рыбные любительские рыба, морковь, яйцо, манная каша, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль	Калорийность-83, Белки-10, Жиры-1, Углеводы-6	26-62
25	349	Соус томатный с овощами * морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, мука пшеничная, соль, лимонная кислота, сахар-песок	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-2	3-15
180	114,02	Каша пшеничная рассыпчатая * крупа пшеничная, масло сливочное, соль	Калорийность-235, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-41	7-88
200	262	Чай с лимоном сахар-песок, лимон, чай черный	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-10	3-22
50	-	Хлеб пшеничный.	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	2-83
20	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-14
Итого за Ужин			Калорийность-621, Белки-24, Жиры-13, Углеводы-96	55-42
Второй ужин				
200	268	Кисломолочный напиток *	Калорийность-160, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-8	33-80
20	-	Хлеб пшеничный *	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-10	1-13
Итого за Второй ужин			Калорийность-147, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	34-93
Итого за день			Калорийность-3 257, Белки-110, Жиры-107, Углеводы-454	372-32

Запрещено копировать
Е.Ю.Григорьев